**Тематическое планирование по физкультуре в 4 классах(4-я четверть)**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Ловля и передача мяча в движении в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч – ловцу». Игра в мини-баскетбол. |
| 2 | Ловля и передача мяча в движении в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч – ловцу». Игра в мини-баскетбол. |
| 3 | Ловля и передача мяча в движении в квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Не дай мяч водящему». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей |
| 4 | Ловля и передача мяча в движении в квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Не дай мяч водящему». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей |
| 5 | Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч соседу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей |
| 6 | Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч соседу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей |
| 7 | Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Играй, играй, мяч не давай». |
| 8 | Бег *(5 мин).* Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы *(бег – 70 м, ходьба – 100 м).* Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Инструктаж по ТБ |
| 9 | Бег *(6мин).* Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы *(бег – 70 м, ходьба – 100 м).* Игра «Салки на марше». Развитие выносливости |
| 10 | Бег *(6 мин).* Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).* Игра «Волк во рву». Развитие выносливости |
| 11 | Бег *(7 мин).* Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).* Игра «Волк во рву». Развитие выносливости |
| 12 | Бег *(8 мин).* Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).* Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости |
| 13 | Бег *(9 мин).* Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).* Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости |
| 14 | Бег без учета времени *(1 км).* Игра «Гуси-лебеди». Развитие выносливости. Выявление работающих групп мышц |
| 15 | Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью *(30 м).* Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей |
| 16 | Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью *(30 м).* Игра «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей |
| 17 | Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью *(30 м).* Игра «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей |
| 18 | Бег Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон» |
| 19 | Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств |
| 20 | Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств |
| 21 | Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств |
| 22 | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств |
| 23 | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Развитие скоростно-силовых качеств |
| 24 | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». |