**Календарно-тематическое планирование по физической культуре 4 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Название раздела (кол-во часов) | Тема урока | Основные виды деятельности обучающихся, направленные на формирование УУД (к разделу или к каждой теме урока) | Домашнее задание | Дата (план) | Дата (факт) |
| 1 | Знания о физической культуре. 2 часа | Мозг и нервная система. | Получают представление о работе мозга и нервной системы. Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников. Обосновывают важность рекомендаций, как беречь нервную систему. Знакомятся с правилами ТБ на уроках физической культуры. | Комплекс №1. |  |  |
| 2 | Органы дыхания.  | Получают представление о работе органов дыхания. Выполняют упражнения на разные виды дыхания (нижнее, среднее, верхнее, полное). Знакомятся с правилами ТБ на уроках физической культуры. | Комплекс №1. |  |  |
| 3 | Физическое совершенствование.  11 часов  | Легкая атлетика. Ходьба и бег. | Усваивают основные понятия и термины в беге, прыжках и метаниях и объясняют их назначение.Описывают технику выполнения ходьбы, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характер­ные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение упражне­ний в ходьбе.Применяют вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных способностей. Выбирают индивидуальный темп ходьбы, контроли­руют его по частоте сердечных сокращений.Описывают технику выполнения беговых упраж­нений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений. | Комплекс №1. |  |  |
| 4, 5 | Легкая атлетика. Ходьба и бег. | Комплекс №1. |  |  |
| 6, 7 | Легкая атлетика. Ходьба и бег. | Комплекс №1. |  |  |
| 8, 9 | Легкая атлетика. Прыжки. | Комплекс №1. |  |  |
| 10 | Легкая атлетика. Прыжки. | Комплекс №1. |  |  |
| 11, 12 | Легкая атлетика. Бросок малого мяча.  | Комплекс №1. |  |  |
| 13 | Легкая атлетика. Бросок малого мяча.  | Комплекс №1. |  |  |
| 14 | Физическое совершенствование. 8 часов | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. | Усваивают основные понятия и термины в беге по слабо пересечённой местности и объясняют их назначение.Описывают технику выполнения бега по слабо пересечённой местности, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.Применяют беговые упражнения для развития выносливости. Выбирают индивидуальный темп передвижения, кон­тролируют темп бега по частоте сердечных сокраще­ний.Взаимодействуют со сверстниками в процессе освое­ния беговых упражнений по пересечённой местности, при этом со­блюдают правила безопасности.Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе. | Комплекс №1. |  |  |
| 15, 16 | Кроссовая подготовка.Бег по пересеченной местности. | Комплекс №1. |  |  |
| 17, 18 | Кроссовая подготовка.Бег по пересеченной местности. | Комплекс №1. |  |  |
| 19, 20 | Кроссовая подготовка.Бег по пересеченной местности. | Комплекс №1. |  |  |
| 21 | Кроссовая подготовка.Бег по пересеченной местности. | Комплекс №1. |  |  |
| 22 | Способы физкультурной деятельности. 1час | Органы пищеварения. Пища и питательные вещества.  | Получают представление о работе органов пищеварения. Объясняют, почему вредно заниматься физическими упражнениями после принятия пищи. Узнают, какие вещества, необходимые для роста организма и для пополнения затраченной энергии, получает человек с пищей. | Комплекс №1. |  |  |
| 23 | Физическое совершенствование. 18 часов | Гимнастика. Акробатика.Строевые упражнения. | Описывают технику акробатических упражнений и составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику. Предупреждают появление ошибок и соблюдают пра­вила безопасности.Описывают технику упражнений на гимнастических снарядах, составляют ком­бинации из числа разученных упражнений. Осваивают технику упражнений на гимнастических снарядах, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасно­сти. Описывают и осваивают технику упражнений на гимнастической скамейке и гимнастическом бревне, составляют комбинации из числа разученных упражнений. Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности.Осваивают технику танцевальных упражнений, предупреждая появления ошибок и соблюдая правила безопасности.Описывают технику упражнений в лазанье и перелезании, составляют комбинации из числа разученных упражнений.Оказывают помощь сверстникам в освоении упраж­нений в лазанье и перелезании, анализируют их тех­нику, выявляют ошибки и помогают в их исправле­нии.Осваивают технику упражнений в лазанье и переле­зании, предупреждают появление ошибок и соблюда­ют ТБ.Описывают технику опорных прыжков и осваивают её.Оказывают помощь сверстникам при освоении ими новых упражнений в опорных прыжках, анализируют их технику выполнения. | Комплекс №1. |  |  |
| 24 | Гимнастика.Акробатика.Строевые упражнения. | Комплекс №1. |  |  |
| 25, 26 | Гимнастика.Акробатика.Строевые упражнения. | Комплекс №1. |  |  |
| 27, 28 | Гимнастика.Акробатика.Висы и упоры. | Комплекс №1. |  |  |
| 29, 30 | Гимнастика.Равновесие.Висы и упоры. | Комплекс №1. |  |  |
| 31, 32 | Гимнастика. Равновесие. Танцевальные упражнения. | Комплекс №1. |  |  |
| 33, 34 | Гимнастика. Равновесие.Танцевальные упражнения. | Комплекс №2. |  |  |
| 35, 36 | Гимнастика.Опорный прыжок, лазанье. | Комплекс №2. |  |  |
| 37, 38 | Гимнастика.Опорный прыжок, лазанье.  | Комплекс №2. |  |  |
| 39, 40 | Гимнастика.Опорный прыжок, лазанье  | Комплекс №2. |  |  |
| 41 | Физическое совершенствование. 8 часов | Подвижные и спортивные игры. На материале лёгкой атлетики. | Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.Организовывают и проводят совместно со сверстни­ками подвижные игры, осуществляют судейство.Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.Взаимодействуют со сверстниками в процессе со­вместной игровой деятельности.Соблюдают правила безопасности.Используют действия данных подвижных игр для развития скоростных способ­ностей, координации, выносливости, способности к ориентированию в пространстве.Используют подвижные игры для активного отдыха. | Комплекс №2. |  |  |
| 42 | Подвижные и спортивные игры. На материале лёгкой атлетики. | Комплекс №2. |  |  |
| 43, 44 | Подвижные и спортивные игры. На материале лёгкой атлетики. | Комплекс №2. |  |  |
| 45, 46, 47 | Подвижные и спортивные игры. На материале лёгкой атлетики. | Комплекс №2. |  |  |
| 48 | Подвижные и спортивные игры. На материале лёгкой атлетики. | Комплекс №2. |  |  |
| 49 | Способы физкультурной деятельности. 1час | Вода и питьевой режим.  | Усваивают азы питьевого режима во время тренировки и похода. Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников | Комплекс №2. |  |  |
| 50, 51 | Физическое совершенствование. 8 часов | Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики. | Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организовывают и проводят совместно со сверстни­ками подвижные игры, осуществляют судейство.Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.Взаимодействуют со сверстниками в процессе со­вместной игровой деятельности.Используют действия данных подвижных игр для развития внимания, силы, ловкости, координации.Используют подвижные игры для активного отдыха. Соблюдают правила безопасности. | Комплекс №2. |  |  |
| 52, 53 | Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики.  | Комплекс №2. |  |  |
| 54, 55 | Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики.  | Комплекс №2. |  |  |
| 56, 57 | Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики.  | Комплекс №2. |  |  |
| 58, 59 | Физическое совершенствование. 8 часов | Подвижные и спортивные игры. На материале спортивных игр: футбол.  | Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организовывают и проводят совместно со сверстни­ками подвижные игры, осуществляют судейство.Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.Взаимодействуют со сверстниками в процессе со­вместной игровой деятельности.Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.Используют подвижные игры для активного отдыха. Соблюдают правила безопасности. | Комплекс №2. |  |  |
| 60, 61 | Подвижные и спортивные игры. На материале спортивных игр: футбол.  | Комплекс №2. |  |  |
| 62, 63 | Подвижные и спортивные игры. На материале спортивных игр: футбол.  | Комплекс №2. |  |  |
| 64, 65 | Подвижные и спортивные игры. На материале спортивных игр: футбол.  | Комплекс №2. |  |  |
| 66, 67 | Физическое совершенствование. 8 часов | Подвижные и спортивные игры. На материале спорт. игр: волейбол.  | Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организовывают и проводят совместно со сверстни­ками подвижные игры, осуществляют судейство.Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.Взаимодействуют со сверстниками в процессе со­вместной игровой деятельности.Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.Используют подвижные игры для активного отдыха. Соблюдают правила безопасности. | Комплекс №2. |  |  |
| 68, 69 | Подвижные и спортивные игры. На материале спорт. игр: волейбол.  | Комплекс №3. |  |  |
| 70, 71 | Подвижные и спортивные игры. На материале спорт. игр: волейбол.  | Комплекс №3. |  |  |
| 72, 73 | Подвижные и спортивные игры. На материале спорт. игр: волейбол.  | Комплекс №3. |  |  |
| 74, 75 | Физическое совершенствование. 10 часов | Подвижные и спортивные игры. На материале спорт. игр: баскетбол. | Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организовывают и проводят совместно со сверстни­ками подвижные игры, осуществляют судейство.Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.Взаимодействуют со сверстниками в процессе со­вместной игровой деятельности.Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.Используют подвижные игры для активного отдыха. Соблюдают правила безопасности. | Комплекс №3. |  |  |
| 76, 77 | Подвижные и спортивные игры. На материале спорт. игр: баскетбол. | Комплекс №3. |  |  |
| 78, 79 | Подвижные и спортивные игры. На материале спорт. игр: баскетбол. | Комплекс №3. |  |  |
| 80, 81 | Подвижные и спортивные игры. На материале спорт. игр: баскетбол. | Комплекс №3. |  |  |
| 82, 83 | Подвижные и спортивные игры. На материале спорт. игр: баскетбол. | Комплекс №3. |  |  |
| 84 | Физическое совершенствование. 8 часов | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. | Усваивают основные понятия и термины в беге по слабо пересечённой местности и объясняют их назначение.Описывают технику выполнения бега по слабо пересечённой местности, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.Применяют беговые упражнения для развития выносливости. Выбирают индивидуальный темп передвижения, кон­тролируют темп бега по частоте сердечных сокраще­ний.Взаимодействуют со сверстниками в процессе освое­ния беговых упражнений по пересечённой местности, при этом со­блюдают правила безопасности.Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе. | Комплекс №3. |  |  |
| 85 | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. | Комплекс №3. |  |  |
| 86 | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. | Комплекс №3. |  |  |
| 87 | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. | Комплекс №3. |  |  |
| 88, 89 | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. | Комплекс №3. |  |  |
| 90, 91 | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. | Комплекс №3. |  |  |
| 92 | Физическое совершенствование. 11 часов. | Легкая атлетика. Ходьба и бег. | Усваивают основные понятия и термины в беге, прыжках и метаниях и объясняют их назначение.Описывают технику выполнения ходьбы, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характер­ные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение упражне­ний в ходьбе.Применяют вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных способностей. Выбирают индивидуальный темп ходьбы, контроли­руют его по частоте сердечных сокращений.Описывают технику выполнения беговых упраж­нений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений.Применяют беговые упражнения для развития коор­динационных, скоростных способностей. | Комплекс №3. |  |  |
| 93, 94 | Легкая атлетика. Ходьба и бег. | Комплекс №3. |  |  |
| 95 | Легкая атлетика. Ходьба и бег. | Комплекс №3. |  |  |
| 96 | Легкая атлетика. Прыжки. | Комплекс №3. |  |  |
| 97, 98 | Легкая атлетика. Прыжки. | Комплекс №3. |  |  |
| 99, 100 | Легкая атлетика. Метание. | Комплекс №3. |  |  |
| 101 | Легкая атлетика. Метание. | Комплекс №3. |  |  |
| 102 | Легкая атлетика. Метание. | Комплекс №3. |  |  |