***ЗАДАЧИ ПОУРОЧНОГО ПЛАНИРОВАНИЯ***

***для учащихся 4-го класса***

***3 четверть***

***Лыжная подготовка – 21 час***

***Спортивно-подвижные игры – 9 часов***

**Урок № 49**

***1.Беседа «Инструктаж по технике безопасности».***

2.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

3.Построение. Сообщение задач урока.

4.Свободное катание на лыжах,

5.Развитие физических качеств.

6.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 50 – 52**

***1.Беседа: «Основные способы передвижения человека». Урок №51***

2.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

3.Построение. Сообщение задач урока.

4.Повторить попеременный двушажный ход.

5.Развитие физических качеств.

6.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 53**

1.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

2.Построение. Сообщение задач урока.

***3.Контрольный урок «Двушажный попеременный ход».***

4.Развитие физических качеств.

5.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 54 - 55**

1.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

2.Построение. Сообщение задач урока.

3.Обучение «Бесшажный ход».

4.Развитие физических качеств.

5.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 56 - 57**

***1.Беседа «Значение и основные правила закаливания».***

2.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

3.Построение. Сообщение задач урока.

4.Обучение одношажный ход.

5.Повторить спуск в основной стойке.

6.Подъём «Лесенкой».

7.Развитие физических качеств.

8.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 58**

1.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

2.Построение. Сообщение задач урока.

3.Повторить повороты на месте.

***4.Контрольный урок «Одношажный ход».***

5.Развитие физических качеств.

6.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 59 – 60**

1.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

2.Построение. Сообщение задач урока.

3.Повторить спуск в основной стойке.

4.Спуск с прохождением ворот из лыжных палок.

5.Обучение торможение «Плугом» и «Упором».

6.Развитие физических качеств.

7.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 61**

1.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

2.Построение. Сообщение задач урока.

3.Спуск в основной стойке.

***4.Контрольный урок «Торможение плугом и упором».***

5.Развитие физических качеств.

6.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 62 – 64**

1.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

2.Построение. Сообщение задач урока.

***3.Прохождение дистанции 500 метров. Урок №62***

***4.Прохождение дистанции 700 метров. Урок № 63***

***5.Прохождение дистанции 800 метров. Урок № 64.***

6.Развитие физических качеств.

7.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 65**

1.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

2.Построение. Сообщение задач урока.

3.Повторить спуск в основной стойке.

4.Обучение повороты переступанием в движении.

5.Развитие физических качеств.

6.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 66**

1.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

2.Построение. Сообщение задач урока.

***3.Прохождение дистанции 1000 метров.***

4.Развитие физических качеств.

5.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 67 - 69**

1.Выход к месту занятий. Надевание лыж.

2.Построение. Сообщение задач урока.

3.Подвижные игры на воздухе.

4.Сбор учащихся. Возвращение в школу.

**Урок № 70-71**

***1.Беседа «Инструктаж по технике безопасности».***

2.Построение. Сообщение задач урока.

3.Ходьба и бег в медленном темпе с изменением направления.

4.ОРУ без предмета.

5.Повторить основную стойку баскетболиста.

6.Повторить основные передвижения в стойке.

7.Совершенствование ведения мяча с изменением направления.

8.Совершенствование передачи и ловли мяча в парах в движении.

9.Подвижные игры. Эстафеты с мячом.

10.Развитие физических качеств.

**Урок № 72**

1.Построение. Сообщение задач урока.

2.Ходьба и бег в медленном темпе с изменением направления.

3.ОРУ без предмета.

***4.Контрольный урок «Ведение мяча в движении».***

5.Обучение передачи и ловля мяча в тройках.

6.Подвижные игры. Эстафеты.

7. Развитие физических качеств.

**Урок № 73 – 74**

1.Построение. Сообщение задач урока.

2.Ходьба и бег в медленном темпе с изменением направления.

3.ОРУ без предмета.

4.Обучение действия игрока в защите без мяча.

5Обучение действие игрока в нападении с мячом.

6.Эстафеты.

7. Развитие физических качеств.

**Урок № 75 - 76**

1.Построение. Сообщение задач урока.

2.Ходьба и бег в медленном темпе с изменением направления.

3.ОРУ без предмета.

***4.Контрольный урок «Передача мяча в тройках в движении». Урок № 75***

5.Обучение броска мяча в кольцо с трёх шагов справа и слева.

6.Подвижные игры.

7.Развитие физических качеств.

**Урок № 77 – 78**

***1.Беседа «Правила поведения на водоёмах в весенний период».***

2.Построение. Сообщение задач урока.

3.Ходьба и бег в медленном темпе с изменением направления.

4.ОРУ без предмета.

***5.Контрольный урок «Бросок мяча в кольцо с трёх шагов».***

6.Учебная двухсторонняя игра в баскетбол.

7.Развитие физических качеств.