*Предмет физическая культура 1 класс Учитель Гордеев С.В.*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчетности |
| 17.03 | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Подвижные игры на основе баскетбола «Бросай и поймай» | Прыжки, приседание, повороты на месте Комплекс ОРУ№3 |  | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) |
| 20.03. | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Подвижные игры на основе баскетбола «Бросай и поймай» | Прыжки, приседание, повороты на месте Комплекс ОРУ№3 |  | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) |

*Предмет физическая культура 1 класс*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчетности |
| 10.04. | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Подвижные игры «Передача мяча в колоннах». Развитие координационных способностей. | Подвижные игры в домашних условиях. |  | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |

*Предмет физическая культура 1 класс*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчетности |
| 13.04. | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Подвижные игры «Передача мяча в колоннах». Развитие координационных способностей.  . | Приседание, прыжки, наклоны вперед. Игры в домашних условиях |  | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |
| 14.04. | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Подвижные игры на основе баскетбола «Передача мяча в колоннах». Развитие координационных способностей. | Приседание, прыжки, наклоны вперед. Игры в домашних условиях. |  | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |
| 17.04. | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Подвижные игры на основе баскетбола «Передача мяча в колоннах». Развитие координационных способностей. | Приседание, прыжки, наклоны вперед. Игры в домашних условиях. |  | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |

*Предмет физическая культура 1 класс*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчетности |
| 20.04. | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Подвижные «Мяч соседу». Развитие координационных способностей. | Подвижные игры в домашних условиях. |  | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |

*Предмет физическая культура 3 класс*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчетности |
| 17.03 | Прыжки с высоты. | Комплекс ОРУ№3 | ОРУ№3 | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) |
| 20.03. | Совершенствование прыжка в длину способом «согнув ноги». | Бег из различных исходных положений в домашних условиях. Комплекс ОРУ№3, прыжки в длину | Комплекс ОРУ№3 | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) |

*Предмет физическая культура 3 класс*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчетности |
| 10.04. | Прыжок в длину способом "согну ноги" | Прыжок в длину способом «согну ноги» в домашних условиях. | Комплекс ОРУ№4 | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |

*Предмет физическая культура 3 класс*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчетности |
| 13.04. | Метание малого мяча на дальность. | Выполнение прыжков с поворотами на 360 градусов. Игры в домашних условиях. | Комплекс ОРУ№4 | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |
| 14.04. | Броски набивного мяча (1кг.) из-за головы на дальность. | Выполнение метания малого мяча в домашних условиях.Игры в домашних условиях. | Комплекс ОРУ№4 | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |
| 17.04. | Броски набивного мяча (1кг.) из-за головы на дальность. | Прыжки с высоты в домашних условиях. Выполнение комплекса утренней зарядки.Выполнение метания малого мяча в домашних условиях. Игры в домашних условиях | Комплекс ОРУ№4 | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчетности |
| 20.04. | Броски набивного мяча (1кг.) снизу вперёд-вверх. | Выполнение комплекса утренней зарядки. Выполнение метания малого мяча в домашних условиях. Игры в домашних условиях | Комплекс ОРУ№4 | загрузить задание в сетевой город, направить в ватсап (вайбер) и т.п. |

Физкультура 5 класс. Учитель: Гордеев С.В.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 19.03 | Прием и передача мяча. | Выполнение комплекса упражнений, стойка на лопатках, прыжки, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 20.03 | Прием и передача мяча. | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 09.04 | 5.3 Нижняя подача мяча. (1-й из 5 ч.) | Выполнение комплекса упражнений, стойка на лопатках, прыжки, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 10.04 | 5.3 Нижняя подача мяча. (2-й из 5 ч.) | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 13.04 | Нижняя подача мяча. | Выполнение комплекса упражнений, стойка на лопатках, прыжки, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 16.04 | Нижняя подача мяча. | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 17.04 | Нижняя подача мяча. | Выполнение комплекса упражнений, стойка на лопатках, прыжки, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 20.04 | Развитие координационных способностей | Повороты на месте и в движении, прыжки, наклоны | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

Физкультура 6 класс. Учитель: Гордеев С.В.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 19.03 | футбол | Бег, прыжки, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 20.03 | футбол | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 09.04 | футбол | Бег, прыжки, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 10.04 | футбол | Бег, прыжки, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 13.04 | футбол | Бег, прыжки, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 16.04 | Спринтерский бег, эстафетный бег | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость. | КГУ № 2 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 17.04 | Акробатика. Лазание | Стойка на лопатках, мостик, кувырок вперед, ласточка | КГУ №2 | WhatsApp, вайбер) |
| 20.04 | Висы. Строевые упражнения | Повороты на месте и в движении, прыжки, наклоны, строевой шаг | КГУ №2 | WhatsApp, вайбер) |

Физкультура 7 класс. Учитель: Гордеев С.В.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 17.03 | Стойки игрока. Перемещение в стойке. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 19.03 | Стойки игрока. Перемещение в стойке. | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость, приседание, отжимание | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 09.04 | Стойки игрока. Перемещение в стойке. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 13.04 | Передача мяча двумя руками сверху вперед и над собой. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 14.04 | Передача мяча двумя руками сверху вперед и над собой. | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость. | КГУ № 3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 16.04 | Передача мяча двумя руками сверху вперед и над собой. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 20.04 | Передача мяча двумя руками сверху вперед и над собой. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

Физкультура 8 класс. Учитель: Гордеев С.В.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 17.03 | Передача мяча | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 19.03 | Нападающий удар | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость, приседание, отжимание | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 09.04 | Прием мяча | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 13.04 | Прием мяча  . | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 14.04 | Прием мяча | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость. | КГУ № 3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 16.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 20.04 | Правила игры | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

Физкультура 9 класс. Учитель: Гордеев С.В.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 19.03 | Прием мяча | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 20.03 | Прием мяча | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость, приседание, отжимание, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 09.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 10.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 13.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 16.04 | Спортивные игры. Баскетбол | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость. | КГУ № 3, просмотр видео -фильм | WhatsApp, вайбер) |
| 17.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 20.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 23.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3, просмотр видео | WhatsApp, вайбер) |
| 24.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 27.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3, просмотр видео-фильм | WhatsApp, вайбер) |
| 30.04 | Игровая практика | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

Физкультура 10 класс. Учитель: Гордеев С.В.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 17.03 | Волейбол. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 19.03 | Волейбол. | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость, приседание, отжимание, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 09.04 | Волейбол. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 13.04 | Волейбол. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 14.04 | Волейбол. | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость. | КГУ № 3, просмотр видео -фильма | WhatsApp, вайбер) |
| 16.04 | Волейбол. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 20.04 | Прыжок в высоту. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 21.04 | Прыжок в высоту | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3, просмотр видео | WhatsApp, вайбер) |
| 23.04 | Прыжок в высоту | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 27.04 | Волейбол. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3, просмотр видео-фильм | WhatsApp, вайбер) |
| 28.04 | Волейбол. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 30.04 | Волейбол. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

Физкультура 11 класс. Учитель: Гордеев С.В.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 17.03 | Переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ № 4 | WhatsApp, вайбер) |
| 19.03 | Преодоление подъемов и препятствий | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость, приседание, отжимание, просмотр видео | КГУ № 4 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 09.04 | 4.26 Элементы тактики лыжных ходов (1-й из 1 ч.) | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ № 4 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 13.04 | Элементы тактики лыжных ходов | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ № 4 | WhatsApp, вайбер) |
| 14.04 | Переход с хода на ход в зависимости от условий дистанции и состояния лыжни | Выполнение комплекса упражнений, упражнения на выносливость, просмотр видео. | КГУ № 4, просмотр видео -фильма | WhatsApp, вайбер) |
| 16.04 | Элементы тактики лыжных ходов | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №4 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 20.04 | Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №4, просмотр видео | WhatsApp, вайбер) |
| 21.04 | Варианты ловли и передач с сопротивлением защитника | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3, просмотр видео | WhatsApp, вайбер) |
| 23.04 | Варианты ведения мяча с сопротивлением защитника | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема урока | Классная работа | Домашнее задание | Форма отчётности |
| 27.04 | Варианты бросков мяча с сопротивлением защитника | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3, просмотр видео-фильм | WhatsApp, вайбер) |
| 28.04 | Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста, просмотр видео | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |
| 30.04 | Учебная игра в баскетбол. | Бег, прыжки, отжимание, приседание, выполнение теста | КГУ №3 | WhatsApp, вайбер) |