*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) |