**Календарно-тематическое планирование по \_физической культуре\_**

**4 четверть (с 6.04.2020г. по 30.04.2020г.) – дистанционная форма обучения**

**Учитель – \_Ляшенко Н.Н\_\_**

**адрес электронной почты: \_\_\_\_cold.dragon.L@yandex.ru\_\_\_\_**

**тел.: \_89185086011\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Рекомендации к урокам:

1. Прочитать материал по теме (указывается учебник или интернет ресурс)
2. Внимательно выполнить задания классной и домашней работы.

3.Отметки за контрольные задания будут выставлены в журнал.

**\_\_\_1в\_\_ класс.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема раздела, урока** | **Домашнее задание** | **Дата выпол-нения** | **Контрольные задания** |
| 1 | ИТБ на уроках лёгкой атлетики и кросса. Комплекс ОРУ. Теория метания малого мяча. |  | 6.04 |  |
| 2 | ИТБ. ОРУ. Теория метания малого мяча. Прыжковые упражнения. |  | 8.04 |  |
| 3 | ОРУ Пресс. |  | 9.04 |  |
| 4,5 | ИТБ. ОРУ. Упражнения на координацию. Отжимание |  | 13.04, 15.04 |  |
| 6,7 | ИТБ. ОРУ. Прыжковые упражнения. |  | 16.04,  20.04 |  |
| 8,9 | ИТБ. ОРУ. Координационные упражнения. |  | 22.04,  23.04 |  |
| 10 | Комплекс упражнений для глаз |  | 27.04 |  |
| 11,12 | ОРУ Веселая зарядка. Силовые упражнения. |  | 29.04  30.04 |  |

**Календарно-тематическое планирование по \_физической культуре\_**

**4 четверть (с 6.04.2020г. по 30.04.2020г.) – дистанционная форма обучения**

**Учитель – \_Ляшенко Н.Н\_\_**

**адрес электронной почты: \_\_\_\_cold.dragon.L@yandex.ru\_\_\_\_**

**тел.: \_89185086011\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Рекомендации к урокам:

1. Прочитать материал по теме (указывается учебник или интернет ресурс)
2. Внимательно выполнить задания классной и домашней работы.

3.Отметки за контрольные задания будут выставлены в журнал.

**\_\_\_2\_в\_ класс.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема раздела, урока** | **Домашнее задание** | **Дата выпол-нения** | **Контрольные задания** |
| 1 | ИТБ на уроках лёгкой атлетики и кросса. Комплекс ОРУ. Теория метания малого мяча. | пресс | 6.04 |  |
| 2 | ИТБ. ОРУ. Теория метания малого мяча. Прыжковые упражнения | Прыжковые упражнения | 8.04 |  |
| 3 | ОРУ Техника метание мяча . | Отжимание | 9.04 |  |
| 4,5 | ИТБ. ОРУ. Упражнения на координацию. | «Движение залог здоровья» | 13.04, 15.04 | Рисунок |
| 6,7 | ИТБ. ОРУ. Прыжковые упражнения. | Техника старта при 30 м | 16.04,  20.04 |  |
| 8,9 | ИТБ. ОРУ. Координационные упражнения. | Комплекс упражнений | 22.04,  23.04 |  |
| 10 | Комплекс упражнений для глаз | Комплекс для глаз | 27.04 | Пресс за 30 сек |
| 11,12 | ОРУ Веселая зарядка. Силовые упражнения. | Техника высокого старта | 29.04  30.04 |  |

**Календарно-тематическое планирование по \_физической культуре\_**

**4 четверть (с 6.04.2020г. по 30.04.2020г.) – дистанционная форма обучения**

**Учитель – \_Ляшенко Н.Н\_\_**

**адрес электронной почты: \_\_\_\_cold.dragon.L@yandex.ru\_\_\_\_**

**тел.: \_89185086011\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Рекомендации к урокам:

1. Прочитать материал по теме (указывается учебник или интернет ресурс)
2. Внимательно выполнить задания классной и домашней работы.

3.Отметки за контрольные задания будут выставлены в журнал.

**\_\_\_3в\_\_ класс.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема раздела, урока** | **Домашнее задание** | **Дата выпол-нения** | **Контрольные задания** |
| 1 | ИТБ на уроках лёгкой атлетики и кросса. Комплекс ОРУ. Теория метания малого мяча. | пресс | 6.04 |  |
| 2 | ИТБ. ОРУ. Теория метания малого мяча. Прыжковые упражнения | Прыжковые упражнения | 8.04 |  |
| 3 | ОРУ Техника метание мяча . | Отжимание | 9.04 |  |
| 4,5 | ИТБ. ОРУ. Теория старта 30 м | «Движение залог здоровья» | 13.04, 15.04 | Рисунок |
| 6,7 | ИТБ. ОРУ. Прыжковые упражнения через препятствие. | Техника старта при 30 м | 16.04,  20.04 |  |
| 8,9 | ИТБ. ОРУ. Координационные упражнения. | Комплекс упражнений | 22.04,  23.04 |  |
| 10 | Комплекс упражнений для глаз | Комплекс для глаз | 27.04 | Пресс за 30 сек |
| 11,12 | ОРУ Теория правильности выполнения бега . | Техника высокого старта | 29.04  30.04 |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование по \_физической культуре\_**

**4 четверть (с 6.04.2020г. по 30.04.2020г.) – дистанционная форма обучения**

**Учитель – \_Ляшенко Н.Н\_\_**

**адрес электронной почты: \_\_\_\_cold.dragon.L@yandex.ru\_\_\_\_**

**тел.: \_89185086011\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Рекомендации к урокам:

1. Прочитать материал по теме (указывается учебник или интернет ресурс)
2. Внимательно выполнить задания классной и домашней работы.

3.Отметки за контрольные задания будут выставлены в журнал.

**\_\_\_4\_в\_ класс.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема раздела, урока** | **Домашнее задание** | **Дата выпол-нения** | **Контрольные задания** |
| 1 | ИТБ на уроках лёгкой атлетики и кросса. Комплекс ОРУ. Теория метания малого мяча. | пресс | 6.04 |  |
| 2 | ИТБ. ОРУ. Теория метания малого мяча. Прыжковые упражнения | Прыжковые упражнения | 8.04 |  |
| 3 | ОРУ Техника метание мяча в цель. | Отжимание | 9.04 |  |
| 4,5 | ИТБ. ОРУ. Теория видов старта. | «Движение залог здоровья» | 13.04, 15.04 | Рисунок |
| 6,7 | ИТБ. ОРУ. Прыжковые упражнения | Техника низкого старта | 16.04,  20.04 |  |
| 8,9 | ИТБ. ОРУ. Координационные упражнения. | Комплекс упражнений | 22.04,  23.04 |  |
| 10 | Комплекс упражнений для глаз | Комплекс для глаз | 27.04 | Пресс за 30 сек |
| 11,12 | ОРУ Теория прыжка с места | Техника прыжка | 29.04  30.04 |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование по \_физической культуре\_**

**4 четверть (с 6.04.2020г. по 30.04.2020г.) – дистанционная форма обучения**

**Учитель – \_Ляшенко Н.Н\_\_**

**адрес электронной почты: \_\_\_\_cold.dragon.L@yandex.ru\_\_\_\_**

**тел.: \_89185086011\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Рекомендации к урокам:

1. Прочитать материал по теме (указывается учебник или интернет ресурс)
2. Внимательно выполнить задания классной и домашней работы.

3.Отметки за контрольные задания будут выставлены в журнал.

**\_\_\_6в\_ класс.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема раздела, урока** | **Домашнее задание** | **Дата выпол-нения** | **Контрольные задания** |
| 1 | ИТБ . Правила приёма водных процедур, воздушных и солнечных ванн. Комплекс ОРУ. Техника метания малого мяча. | пресс | 6.04 |  |
| 2 | ИТБ. ОРУ, Прыжковые упражнения Теория челночночного бега. | Прыжковые упражнения | 8.04 |  |
| 3 | ИТБ. ОРУ Теория метание мяча в цель. | Комплекс упражнений | 13.04, |  |
| 4,5 | ИТБ. ОРУ. Теория видов старта при беге короткие дистанции. (30.60м) | Отжимание | 15.04, 20.04 | Комплекс упражнений |
| 6,7 | ИТБ. ОРУ. Прыжковые упражнения | Теория высокого и низкого старта | 22.04,  27.04 |  |
| 8 | ИТБ.Комплес упражнения для глаз. ОРУ. Теория бега на длинные дистанции. | Силовые упражнения | 29.04 | Пресс за 30 сек |
|  |  |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование по \_физической культуре\_**

**4 четверть (с 6.04.2020г. по 30.04.2020г.) – дистанционная форма обучения**

**Учитель – \_Ляшенко Н.Н\_\_**

**адрес электронной почты: \_\_\_\_cold.dragon.L@yandex.ru\_\_\_\_**

**тел.: \_89185086011\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Рекомендации к урокам:

1. Прочитать материал по теме (указывается учебник или интернет ресурс)
2. Внимательно выполнить задания классной и домашней работы.

3.Отметки за контрольные задания будут выставлены в журнал.

**\_\_\_7в\_ класс.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема раздела, урока** | **Домашнее задание** | **Дата выпол-нения** | **Контрольные задания** |
| 1 | ИТБ на уроках лёгкой атлетики и кросса..Техника прыжка. | пресс | 6.04 |  |
| 2 | ИТБ. ОРУ, Сгибание рук в упоре, подтягивание | Прыжковые упражнения | 8.04 |  |
| 3,4 | ИТБ. ОРУ Теория метание мяча. | Комплекс упражнений | 13.04  15.04, | Комплекс упражнений |
| 5,6 | ИТБ. ОРУ. Теория видов старта при беге короткие дистанции. (30.60м) | Отжимание | 20.04  22.04 |  |
| 7,8 | ИТБ.Комплес упражнения для глаз. ОРУ. Теория бега на длинные дистанции. | Силовые упражнения | 27.04  29.04 | Пресс за 30 сек |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование по \_физической культуре\_**

**4 четверть (с 6.04.2020г. по 30.04.2020г.) – дистанционная форма обучения**

**Учитель – \_Ляшенко Н.Н\_\_**

**адрес электронной почты: \_\_\_\_cold.dragon.L@yandex.ru\_\_\_\_**

**тел.: \_89185086011\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Рекомендации к урокам:

1. Прочитать материал по теме (указывается учебник или интернет ресурс)
2. Внимательно выполнить задания классной и домашней работы.

3.Отметки за контрольные задания будут выставлены в журнал.

**\_\_\_8в\_ класс.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема раздела, урока** | **Домашнее задание** | **Дата выпол-нения** | **Контрольные задания** |
| 1 | ИТБ на уроках лёгкой атлетики и кросса..Техника бега . | пресс | 6.04 |  |
| 2 | ИТБ. ОРУ, Сгибание рук в упоре, подтягивание | Прыжковые упражнения | 8.04 |  |
| 3,4 | ИТБ. ОРУ. Теория видов старта при беге короткие дистанции. (30.60м) | Комплекс упражнений | 13.04  15.04, | Комплекс упражнений |
| 5,6 | ИТБ. Комплес упражнения для глаз. Теория метание мяча. | Отжимание | 20.04  22.04 |  |
| 7,8 | ИТБ. ОРУ. Теория бега на длинные дистанции. Теория метания. | Силовые упражнения | 27.04  29.04 | Пресс за 30 сек |
|  |  |  |  |  |

**Календарно-тематическое планирование по \_физической культуре\_**

**4 четверть (с 6.04.2020г. по 30.04.2020г.) – дистанционная форма обучения**

**Учитель – \_Ляшенко Н.Н\_\_**

**адрес электронной почты: \_\_\_\_cold.dragon.L@yandex.ru\_\_\_\_**

**тел.: \_89185086011\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Рекомендации к урокам:

1. Прочитать материал по теме (указывается учебник или интернет ресурс)
2. Внимательно выполнить задания классной и домашней работы.

3.Отметки за контрольные задания будут выставлены в журнал.

**\_\_\_9в\_ класс.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема раздела, урока** | **Домашнее задание** | **Дата выпол-нения** | **Контрольные задания** |
| 1 | ИТБ на уроках лёгкой атлетики и кросса.  Теоретические сведения Техника бега . | пресс | 6.04 |  |
| 2 | ИТБ. ОРУ, Прыжковые упражнения Теория челночночного бега. | Прыжковые упражнения | 8.04 |  |
| 3 | ИТБ. ОРУ Теория метание мяча. | Комплекс упражнений | 13.04 | Комплекс упражнений |
| 4 | ИТБ. ОРУ, Прыжковые упражнения | Виды стартов. | 15.04, |  |
| 5,6 | ИТБ. ОРУ. Теория видов старта при беге короткие дистанции. (30.60м) | Отжимание | 20.04  22.04 |  |
| 7,8 | ИТБ. ОРУ. Теория бега на длинные дистанции. Прыжковые упражнения. | Силовые упражнения | 27.04  29.04 | Пресс за 30 сек |