

РАСПИСАНИЕ УРОКОВ
во время удаленного обучения с использованием дистанционных технологий
по ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Учитель: Сидорина Н.П., Купрякова А.В.

| Дата | Класс | Форма взаимодействия (выдача информации) | Практическая деятельность (выполнение физических упражнений) | Обратная связь (оцениван ие работ) |
|-------|------------|---|--|--|
| 09.11 | 1 «А-3» | Тема: «Т.Б. Кросс по слабопересечённой местности. Учёт. Эстафеты с прыжками» https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/169041/ | Выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 11.11 | 1 «А-3» | Тема: «Т.Б. Бег на выносливость» https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/169041/ | Знать технику бега на скорость, бега на выносливость. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 16.11 | 1 «А-3» | Тема: «Т.Б. на занятиях спортивными играми. Футбол. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места» https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/223842/ | Выполнить общефизическую разминку. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 18.11 | 1 «А-3» | Тема: «Т.Б. Удар по катящемуся мячу» https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/ | Тренировать удары по катящемуся мячу при игре в футбол. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 23.11 | 1 «А-3» | Тема: «Правила техники безопасности на уроках гимнастики» https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/90482/ | Знать правила поведения и этики. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 25.11 | 1 «А-3» | Тема: «Строевые упражнения» https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/ | Выполнить общефизическую разминку. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 30.11 | 1 «А-3» | Тема: «Упражнения на укрепление мышц туловища» https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/ | Выполнять комплексы упражнений для укрепления мышц туловища. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 02.12 | 1 «А-3» | Тема: «Правила техники безопасности на уроках акробатики» https://resh.edu.ru/subject/lesson/4186/start/169020/ | Изучить и научиться применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 07.12 | 1 «А-3» | Тема: «Влияние физических упражнений на развитие гибкости» https://resh.edu.ru/subject/lesson/4186/start/169020/ | Выполнить общефизическую разминку, упражнения на гибкость. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 09.12 | 1 | Тема: «Уметь применять правила техники | Отрабатывать правила | Viber, |

| | | | | |
|-------|------------|--|--|--|
| | «А-3» | безопасности при выполнении акробатических упражнений» https://resh.edu.ru/subject/lesson/4186/start/169020/ | техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. | WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 14.12 | 1 «А-3» | Тема: Игра «Не урони мешочек». https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ | Учиться оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 16.12 | 1 «А-3» | Тема: «Бросок и ловля мяча на месте. Упражнения для формирования правильной осанки» https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/ | Выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 21.12 | 1 «А-3» | Тема: «Ведение мяча на месте. Правила поведения на уроках физической культуры» https://resh.edu.ru/subject/lesson/5748/start/190417/ | Выполнить разминку, тренироваться выполнять ведение мяча на месте. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 23.12 | 1 «А-3» | Тема: «Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге» https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/223863/ | Выполнить разминку, тренироваться выполнять ведение мяча на месте, по прямой, по дуге. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |
| 28.12 | 1 «А-3» | Тема: «Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении» https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/223863/ | Выполнить разминку, тренироваться выполнять ведение в движении. | Viber, WhatsApp фотоотчет, видеоотчет |