

ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 5АБ, 6 АБ КЛАСС
Учитель: САМОХВАЛОВА АННА АЛЕКСАНДРОВНА

5 «А» класс					
Дата урока	Тема урока	содержание	Ресурсы и ход урока	Д/з	Срок выполнения д/з
8.04.2020	Футбол	Инструктаж по технике безопасности при игре в футбол.	Инструкция по технике безопасности на уроках для учащихся на занятиях по футболу.	Повторить технику безопасности на уроках физической культуры.	
8.04.2020	Футбол	Правила игры.	Урок № 33 на платформе РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/start/262671/	Выполнить контрольные задания В1 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/control/1/ и контрольные задания В2 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/control/2/ (фото или скриншот) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annot@mail.ru	До 15.04.2020
10.04.2020	Футбол	Основные приёмы игры в футбол	Стр. 106-111 Электронный вариант учебника: https://znayka.pw/uchebniki/5-klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/	Изучить стр. 106-111 Ответить на вопросы и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annot@mail.ru: 1. Родина футбола. 2. Что означает футбол в переводе с англ. 3. Перечислите основные приёмы игры в футбол.	До 17.04.2020
15.04.2020	Футбол	Передачи внешней и внутренней стороной	Просмотреть видео по ссылке: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2826504693027892628&xt=%D0%B0%D0%BA%D0%B0	Выполнить комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ) стр. 22-24 учебник (электронный вариант: https://znayka.pw/uchebniki/5-	15.04.2020

		стопы	<u>%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D1%8F+%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B0</u>	<u>klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/</u>	
15.04.2020	Футбол	Обучение технике ударов по мячу в футболе	Просмотр презентации на тему «Обучение технике ударов по мячу в футболе»	Просмотр презентации на тему «Обучение технике ударов по мячу в футболе»	
17.04.2020	Футбол	Основы игры в футбол	Тест «Футбол» (см. ниже таблицы)	Ответить на вопросы теста (номер.буква правильного варианта) и прислать на адрес электронной почты <u>vasyukova_annet@mail.ru</u>	24.04.2020
22.04.2020	Футбол	Освоение техники ведения мяча с различной скоростью и разными поверхностями и стопы.	Просмотр видео по ссылке : <u>http://www.youtube.com/watch?v=PudVXLprCC0</u> Читать учебник стр. 110-111 Электронный вариант учебника: <u>https://znayka.pw/uchebniki/5-klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/</u>		
22.04.2020	Футбол.	Мини-футбол	Просмотр презентации на тему «мини-футбол»	После просмотра презентации написать отличия мини-футбола от большого футбола (не менее 5 отличий) и прислать на адрес электронной почты <u>vasyukova_annet@mail.ru</u>	
24.04.2020	Лёгкая атлетика	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по лёгкой атлетике.	Прочитать инструкцию по технике безопасности на занятиях по лёгкой атлетике Выполнить комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ) стр. 22-24 учебник (электронный вариант:		

			https://znayka.pw/uchebniki/5-klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/		
29.04.2020	Лёгкая атлетика	История лёгкой атлетики	<p>Просмотр видео по ссылке: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&ext=%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F%20%D0%BB%D0%B5%D0%B3%D0%BA%D0%BE%D0%B9%20%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8%20%D1%8E%D1%82%D1%83%D0%B1&path=wizard&redircnt=1587617606.2</p> <p>Выполняем разминку: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14058135995051856595&ext=%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D1%83%D0%BD%D0%B0%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20%D1%8E%D1%82%D1%83%D0%B1&path=wizard&redircnt=1587764980.2</p>	Сдать долги по домашним заданиям	29.04.2020
29.04.2020	Лёгкая атлетика	Бег на короткие и длинные дистанции	<p>Прочитать учебник стр.74-77 электронный вариант: https://znayka.pw/uchebniki/5-klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/</p>	Сдать долги по домашним заданиям	29.04.2020
13.05.2020	Лёгкая атлетика	Техника бега	<p>Просмотр видео по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/main/262740/</p>		

13.05.2020	Лёгкая атлетика	Техника бега на короткие дистанции. Низкий старт.	Просмотр презентации на тему: «Бег на короткие дистанции. Низкий старт»	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. А за сколько времени ты выполняешь бег на 30 м. (электронный дневник - портфолио - физ. подготовка, у кого там нет сведений на первый вопрос ставим прочерк) 2. Перечислите фазы бега на короткие дистанции 3. Что спортсмен выполняет по команде «На старт!», по команде «Внимание!» и по команде «Марш!»(расписать). <p>Ответы на вопросы прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru</p>	До 20.05.2020
15.05.2020	Лёгкая атлетика	Специальные беговые упражнения	Просмотр видео по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=O4Mmh_hv-Bc		
15.05.2020	Лёгкая атлетика	Специальные беговые упражнения	Просмотр видео по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=O4Mmh_hv-Bc		
20.05.2020	Лёгкая атлетика	Челночный бег	Просмотр видео по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=7i77fXMF_1A		
20.05.2020	Лёгкая атлетика	Техника выполнения прыжка в длину с разбега. Метание мяча	<p>Прочитать учебник стр.81-86 электронный вариант: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html..)</p> <p>Выполняем комплекс общеразвивающих упражнений (презентация)</p>	<p>Ответить на вопросы теста «Лёгкая атлетика» и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru</p>	
22.05.2020	Лёгкая атлетика	Техника выполнения	Просмотр видео по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/		

		прыжка в длину разбега способом «согнув ноги»	7460/main/262705/		
5 «Б» класс					
Дата урока	Тема урока	содержание	ресурсы	Д/з	Срок выполнения д/з
6.04.2020	Футбол	Инструктаж по технике безопасности при игре в футбол.	Инструкция по технике безопасности на уроках для учащихся на занятиях по футболу.	Повторить технику безопасности на уроках физической культуры.	
10.04.2020	Футбол	Правила игры.	Урок № 33 на платформе РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/start/262671/	Выполнить контрольные задания В1 и В2 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/control/1/262.. и контрольные задания В2 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/control/2/ (фото или скриншот) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annot@mail.ru	До 17.04.2020
10.04.2020	Футбол	Основные приёмы игры в футбол	Прочитать учебник стр. 106-111 Электронный вариант учебника: https://znayka.pw/uchebniki/5-klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/	Изучить стр. 106-111 Ответить на вопросы и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annot@mail.ru: 1.Родина футбола. 2. Что означает футбол в переводе с англ. 3. Перечислите основные приёмы игры в футбол.	До 17.04.2020
13.04.2020	Футбол	Передачи внешней и внутренней стороной	Просмотреть видео по ссылке: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2826504693027892628&xt=%D0%B0%D0%BA%D0%B0	Выполнить комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ) стр. 22-24 учебник (электронный вариант: https://znayka.pw/uchebniki/5-	15.04.2020

		стопы	<u>%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D1%8F+%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B0</u>	<u>klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/</u>	
17.04.2020	Футбол	Обучение технике ударов по мячу в футболе	Просмотр презентации на тему «Обучение технике ударов по мячу в футболе»	Просмотр презентации на тему «Обучение технике ударов по мячу в футболе»	
17.04.2020	Футбол	Основы игры в футбол	Тест «Футбол» (см. ниже таблицы)	Ответить на вопросы теста (номер.буква правильного варианта) и прислать на адрес электронной почты <u>vasyukova_annet@mail.ru</u>	24.04.2020
20.04.2020	Футбол	Освоение техники ведения мяча с различной скоростью и разными поверхностями и стопы.	Просмотр видео по ссылке : <u>http://www.youtube.com/watch?v=PudVXLprCC0</u> Читать учебник стр. 110-111 Электронный вариант учебника: <u>https://znayka.pw/uchebniki/5-klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/</u>		
24.04.2020	Футбол.	Мини-футбол	Просмотр презентации на тему «мини-футбол»	После просмотра презентации написать отличия мини-футбола от большого футбола (не менее 5 отличий) и прислать на адрес электронной почты <u>vasyukova_annet@mail.ru</u>	
24.04.2020	Лёгкая атлетика	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по лёгкой атлетике.	Прочитать инструкцию по технике безопасности на занятиях по лёгкой атлетике Выполнить комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ) стр. 22-24 учебник (электронный вариант:		

			https://znayka.pw/uchebniki/5-klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/		
27.04.2020	Лёгкая атлетика	История лёгкой атлетики	<p>Просмотр видео по ссылке: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&ext=%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F%20%D0%BB%D0%B5%D0%B3%D0%BA%D0%BE%D0%B9%20%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8%20%D1%8E%D1%82%D1%83%D0%B1&path=wizard&redircnt=1587617606.2</p> <p>Выполняем разминку: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14058135995051856595&ext=%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D1%83%D0%BD%D0%B0%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20%D1%8E%D1%82%D1%83%D0%B1&path=wizard&redircnt=1587764980.2</p>	Сдать долги по домашним заданиям	
7.05.2020	Лёгкая атлетика	Бег на короткие и длинные дистанции	<p>Прочитать учебник стр.74-77 электронный вариант: https://znayka.pw/uchebniki/5-klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/</p>		
15.05.2020	Лёгкая атлетика	Бег на короткие и длинные дистанции	<p>Прочитать учебник стр.74-77 электронный вариант: https://znayka.pw/uchebniki/5-klass/fizicheskaya-kultura-5-klass-matveev-a-p/</p>		

			klass-matveev-a-p/		
15.05.2020	Лёгкая атлетика	Техника бега на короткие дистанции. Низкий старт.	Просмотр презентации на тему: «Бег на короткие дистанции. Низкий старт»	<p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. А за сколько времени ты выполняешь бег на 30 м. (электронный дневник - портфолио - физ. подготовка, у кого там нет сведений на первый вопрос ставим прочерк) 2. Перечислите фазы бега на короткие дистанции 3. Что спортсмен выполняет по команде «На старт!», по команде «Внимание!» и по команде «Марш!» (расписать). Ответы на вопросы прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru 	До 22.05.2020
18.05.2020	Лёгкая атлетика	Специальные беговые упражнения	Просмотр видео по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=O4Mmh_hv-Bc		
22.05.2020	Лёгкая атлетика	Челночный бег	<p>Просмотр видео по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=7i77fXMF_1A</p> <p>Выполняем комплекс общеразвивающих упражнений (презентация)</p>		
22.05.2020	Лёгкая атлетика	Техника выполнения прыжка в длину с разбега. Метание мяча	<p>Прочитать учебник стр.81-86 электронный вариант: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html..)</p>	<p>Ответить на вопросы теста «Лёгкая атлетика» и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru</p>	

Тема «Легкая атлетика»

1. Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок...

- А) «с разбега»
- Б) «перешагиванием»
- В) «перекатом»
- Г) «ножницами»

2. Какая из дисциплин не относится к лёгкой атлетике

- А) Спортивная ходьба
- Б) Метание
- В) Многоборье
- Г) Акробатика

3. Как называют спортсмена, бегающего на короткие дистанции

- А) марафонец
- Б) спринтер
- В) стайер
- Г) атлет

4. К спринтерскому бегу в легкой атлетике относится...

- А) бег на 5000 метров
- Б) кросс
- В) бег на 100 метров
- Г) марафонский бег

5. Кросс – это –

- А) бег с ускорением
- Б) бег по искусственной дорожке стадиона
- В) бег по пересеченной местности

6. В беге на длинные дистанции в легкой атлетике основным физическим качеством, определяющим успех, является...

- А) быстрота
- Б) сила
- В) выносливость
- Г) ловкость

7. Быстрое достижение максимальной скорости после старта называется:

- А) навыки бега
- Б) стартовый разгон
- В) быстрота реакции

8. К какому виду двигательных действий относятся следующие

понятия: разбег, толчок, полёт, приземление?

- А) к барьерному бегу
- Б) к прыжкам в длину с разбега
- В) к метаниям с разбега

9. Как правильно измеряется результат прыжка в длину?

- А) по пяточкам
- Б) по кончикам пальцев рук
- В) по последней точке касания

10. Что такое эстафетный бег?

- А) бег с преодолением препятствий
- Б) командный вид бега, в котором каждый участник, пробегая определённое расстояние (этап), передаёт эстафетную палочку следующему бегуну
- В) бег в естественных условиях – в лесу, в парке, по полю, по просёлочным дорогам

№ вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ										

Планирование уроков по физической культуре на период дистанционного обучения

6 «А» класс					
Дата урока	Тема урока	содержание	Ресурсы и ход урока	Д/з	Срок выполнения д/з
6.04.2020	Баскетбол	Инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.	Инструкция по технике безопасности на уроках для учащихся на занятиях по баскетболу.	Повторить технику безопасности на уроках физической культуры.	
6.04.2020	Баскетбол	Тактика свободного	Урок № 25 на платформе РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/2	Выполнить тренировочное задание №2	До 13.04.2020

		нападения	<u>71458/</u> Тренировочные задания 1-7	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/train/271462/ (фото или скриншот) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annot@mail.ru	
9.04.2020	Баскетбол	Игровые задания	Урок № 25 на платформе РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/271458/ Тренировочные задания 7-14	Выполнить контрольное задание В2 №3 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/control/2/271481/ (кроссворд) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annot@mail.ru	До 16.04.2020
13.04.2020	Баскетбол	Техническая и тактическая подготовка баскетболистов	1. Просмотр презентации на тему «Техническая и тактическая подготовка баскетболистов» 2. Ответить на вопросы теста «Баскетбол» (см. ниже таблицы)	Просмотр презентации на тему «Техническая и тактическая подготовка баскетболистов». Ответить на вопросы теста (номер.буква правильного варианта) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annot@mail.ru	13.04.2020
13.04.2020	Футбол	Инструктаж по технике безопасности при игре в футбол.	1. Прочитать инструкцию по технике безопасности на уроках физической культуры для учащихся на занятиях по футболу (см. ниже таблицы), 2. Прочитать учебник стр.185-191 (электронный вариант учебника стр.182-188: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать инструкцию по технике безопасности на уроках физической культуры для учащихся на занятиях по футболу. Прочитать учебник стр.185-191 (электронный вариант учебника стр.182-188: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	13.04.2020
16.04.2020	Футбол	Передачи внешней и внутренней стороны стопы	Просмотреть видео по ссылке: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2826504693027892628&text=%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D1%8F+%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B0	Выполнить комплекс утренней зарядки https://www.youtube.com/watch?v=5K_ihPcVYB4	16.04.2020

20.04.2020	Футбол	Основные правила соревнований по футболу	Просмотр видео по ссылке (урок №29): https://resh.edu.ru/subject/lesson/7158/main/		
20.04.2020	Футбол	Обучение технике ударов по мячу в футболе	Просмотр презентации на тему «Обучение технике ударов по мячу в футболе»		
23.04.2020	Футбол	Тактические действия футболистов	Просмотр видео по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/7159/main/	Футбольные термины: https://resh.edu.ru/subject/lesson/7159/control/1/262574/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7159/control/2/262575/ (фото или скриншот) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annot@mail.ru	
27.04.2020	Футбол	Освоение техники ведения мяча с различной скоростью и разными поверхностями и стопы.	Просмотр видео по ссылке : https://www.youtube.com/watch?v=102fg9fCvgs Выполняем разминку: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14058135995051856595&text=%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D1%83%D0%BD%D0%B0%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20%D1%8E%D1%82%D1%83%D0%B1&path=wizard&redircnt=1587764980.2		
27.04.2020	Футбол	Мини-футбол	Просмотр презентации на тему «мини-футбол»	После просмотра презентации написать отличия мини-футбола от большого футбола (не менее 7 отличий) и прислать на адрес	До 7.05.2020

				электронной почты vasyukova_annet@mail.ru (таблица для выполнения домашнего задания ниже)	
30.04.2020	Легкая атлетика	История лёгкой атлетики. Техника безопасности при беге, прыжках, метании.	Просмотр видео по ссылке: https://yandex.ru/video/pad/search?filmId=11912822918227986459&p=1&path=wizard&text=%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%BA%D0%B0%D0%B7%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%20%D0%BB%D0%B5%D0%B3%D0%BA%D1%83%D1%8E%20%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%20%D1%8E%D1%82%D1%83%D0%B1		
14.05.2020	Лёгкая атлетика	Спринтерский бег. Гладкий равномерный бег.	Прочитать учебник стр.128-132 (электронный вариант https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/) Или просмотр видео по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/7146/main/262586/	Сдать долги по домашним заданиям	
18.05.2020	Лёгкая атлетика	Эстафетный бег. Кроссовый бег	Просмотр видео по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=ctsVzLEtq4U Просмотр видео по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/7147/main/261612/		18.05.2020
18.05.2020	Лёгкая атлетика	Прыжок в высоту, прыжок в длину.	Прочитать учебник стр.138-144 (электронный вариант https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/) Выполняем комплекс	Ответить на вопросы теста «Лёгкая атлетика» и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru	18.05.2020

			общеразвивающих упражнений (презентация)		
21.05.2020	Лёгкая атлетика	Метание	Прочитать учебник стр.144-146 (электронный вариант https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/ Просмотр видео по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=LEt1BDzsz0k		21.05.2020
6 «Б» класс					
Дата урока	Тема урока	содержание	Ресурсы и ход урока	Д/з	Срок выполнения д/з
6.04.2020	Баскетбол	Инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.	Инструкция по технике безопасности на уроках для учащихся на занятиях по баскетболу.	Повторить технику безопасности на уроках физической культуры.	
6.04.2020	Баскетбол	Тактика свободного нападения	Урок № 25 на платформе РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/271458/ Тренировочные задания 1-7	Выполнить тренировочное задание №2 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/train/271462/ (фото или скриншот) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru	До 13.04.2020
9.04.2020	Баскетбол	Игровые задания	Урок № 25 на платформе РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/271458/ Тренировочные задания 7-14	Выполнить контрольное задание В2 №3 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/train/271462/ (кроссворд) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru	До 16.04.2020
13.04.2020	Баскетбол	Техническая и тактическая подготовка баскетболисто	1. Просмотр презентации на тему «Техническая и тактическая подготовка баскетболистов» 2. Ответить на вопросы теста	Просмотр презентации на тему «Техническая и тактическая подготовка баскетболистов». Ответить на вопросы теста (номер.буква	13.04.2020

		в	«Баскетбол» (см. ниже таблицы)	правильного варианта) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru	
13.04.2020	Футбол	Инструктаж по технике безопасности при игре в футбол.	1. Прочитать инструкцию по технике безопасности на уроках физической культуры для учащихся на занятиях по футболу (см. ниже таблицы), 2. Прочитать учебник стр.185-191 (электронный вариант учебника стр.182-188: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/ https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать инструкцию по технике безопасности на уроках физической культуры для учащихся на занятиях по футболу. Прочитать учебник стр.185-191 (электронный вариант учебника стр.182-188: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	13.04.2020
16.04.2020	Футбол	Передачи внешней и внутренней стороной стопы	Просмотреть видео по ссылке: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2826504693027892628&text=%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%B4%D0%B5%D0%BC%D0%B8%D1%8F+%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B0	Выполнить комплекс утренней зарядки https://www.youtube.com/watch?v=5K_ihPcVYB4	16.04.2020
20.04.2020	Футбол	Основные правила соревнований по футболу	Просмотр видео по ссылке (урок №29): https://resh.edu.ru/subject/lesson/7158/main/		
20.04.2020	Футбол	Обучение технике ударов по мячу в футболе	Просмотр презентации на тему «Обучение технике ударов по мячу в футболе»		
23.04.2020	Футбол	Тактические действия футболистов	Просмотр видео по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/7159/main/	Футбольные термины: https://resh.edu.ru/subject/lesson/7159/control/1/262574/	

				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7159/control/2/262575/ (фото или скриншот) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru	
27.04.2020	Футбол	Освоение техники ведения мяча с различной скоростью и разными поверхностями и стопы.	Просмотр видео по ссылке : https://www.youtube.com/watch?v=102fg9fCvgs Выполняем разминку: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14058135995051856595&text=%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D1%83%D0%BD%D0%B0%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20%D1%8E%D1%82%D1%83%D0%B1&path=wizard&redircnt=1587764980.2		
27.04.2020	Футбол	Мини-футбол	Просмотр презентации на тему «мини-футбол»	После просмотра презентации написать отличия мини-футбола от большого футбола (не менее 7 отличий) и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annet@mail.ru (таблица для выполнения домашнего задания ниже)	До 7.05.2020
30.04.2020	Легкая атлетика	История лёгкой атлетики. Техника безопасности при беге, прыжках, метании.	Просмотр видео по ссылке: https://yandex.ru/video/pad/search?filmId=11912822918227986459&p=1&path=wizard&text=%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%BA%D0%B0%D0%B7%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%20%D0%BB%D0%B5%D0%B3%D0%BA%D1%83%D1%8E%20%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F		

			<u>%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%20%D1%8E%D1%82%D1%83%D0%B1</u>		
14.05.2020	Лёгкая атлетика	Спринтерский бег. Гладкий равномерный бег.	Прочитать учебник стр.128-132 (электронный вариант https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/) Или просмотр видео по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/7146/main/262586/	Сдать долги по домашним заданиям	
18.05.2020	Лёгкая атлетика	Эстафетный бег. Кроссовый бег	Просмотр видео по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=ctsVzLEtq4U Просмотр видео по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/7147/main/261612/		
18.05.2020	Лёгкая атлетика	Прыжок в высоту, прыжок в длину.	Прочитать учебник стр.138-144 (электронный вариант https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/ Выполняем комплекс общеразвивающих упражнений (презентация)	Ответить на вопросы теста «Лёгкая атлетика» и прислать на адрес электронной почты vasyukova_annot@mail.ru	
21.05.2020	Лёгкая атлетика	Метание	Прочитать учебник стр.144-146 (электронный вариант https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/ Просмотр видео по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=LEt1BDzsz0k		

Тема «Легкая атлетика»

1. Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок...

- А) «с разбега»
- Б) «перешагиванием»
- В) «перекатом»
- Г) «ножницами»

2. Какая из дисциплин не относится к лёгкой атлетике

- А) Спортивная ходьба
- Б) Метание
- В) Многоборье
- Г) Акробатика

3. Как называют спортсмена, бегающего на короткие дистанции

- А) марафонец
- Б) спринтер
- В) стайер
- Г) атлет

4. К спринтерскому бегу в легкой атлетике относится...

- А) бег на 5000 метров
- Б) кросс
- В) бег на 100 метров
- Г) марафонский бег

5. Кросс – это –

- А) бег с ускорением
- Б) бег по искусственной дорожке стадиона
- В) бег по пересеченной местности

6. В беге на длинные дистанции в легкой атлетике основным физическим качеством, определяющим успех, является...

- А) быстрота
- Б) сила
- В) выносливость
- Г) ловкость

7. Быстрое достижение максимальной скорости после старта называется:

- А) навыки бега
- Б) стартовый разгон
- В) быстрота реакции

8. К какому виду двигательных действий относятся следующие понятия: *разбег, толчок, полёт, приземление?*

- А) к барьерному бегу
- Б) к прыжкам в длину с разбега

