ДИСТАНЦИННОЕ ОБУЧЕНИЕ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 6 ВГ , 7-8 КЛАСС

Учитель: ШЛЕННИКОВА ЯНА ПАВЛОВНА

6 КЛАСС

Планирование уроков физической культуры для 6«В» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**
07.04.2020 12.10-12.50	Баскетбол. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств.	Взаимодействие двух игроков; коллективное изучение техники вырывания и выбивания мяча, взаимодействия двух игроков, нападения быстрым прорывом; игра в мини-баскетбол в подгруппах	https://www.youtube.com/watch?v=_8LroNmq5Nw https://www.youtube.com/watch?v=Ro-tylyExYA	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.
07.04.2020 13.00-13.40	Баскетбол. Игровые задания. Развитие физических качеств.	Индивидуальный челночный бег с ведением и без ведения мяча; в парах передача мяча; игровые задания: 2:1, 3:1; 3:2; 3:3	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/271458/ **Учебник:**(стр.155) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Просмотреть видео, написать в тетради «Основные правила игры баскетбол»	До 18.00ч. 16.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
09.04.2020 12.10-12.50	Баскетбол. Игровые задания	Выполнение тестовых заданий по баскетболу (челночный бег с ведением и без ведения мяча, передача набивного мяча, игровые задания: 2:1, 3:1; 3:2; 3:3)	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/271458/ **Учебник:**(стр.155) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Просмотреть видео, написать в тетради «Основные правила игры баскетбол»	До 18.00ч. 16.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**

14.04.2020 12.10-12.50	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости.	Повторение инструктажа по ТБ на занятиях легкой атлетикой в подгруппах; коллективное проведение специальных легкоатлетических беговых упражнений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/ Видео в РЭШ: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3165/main/	Предыдущее д.з. «Основные правила игры баскетбол» сдать до 16.04.2020г. Посмотреть презентацию по Т.Б., и видео в РЭШ. Повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	Нет срока д.з.
14.04.2020 13.00-13.40	Кроссовая подготовка. Эстафетный бег. Развитие выносливости.	Индивидуальный высокий старт до 15 м; групповое выполнение встречной эстафеты; повторение техники выполнения специальных беговых упражнений.	Посмотреть видео:https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16707569456381980840&parent-reqid=1586515724386461-1526999010608531050002 41-production-app-host-sas-web-yp-172&path=wizard&text=Кроссовая+подготовка.+Эстафетный+бег.+видео	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 23.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы)** **и класса.**
16.04.2020 12.10-12.50	Кроссовая подготовка. Преодоление полосы препятствий. Развитие силовой выносливости.	Выполнение специальных беговых упражнений, упражнений в движении.	Посмотреть видео:https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16707569456381980840&parent-reqid=1586515724386461-1526999010608531050002 41-production-app-host-sas-web-yp-172&path=wizard&text=Кроссовая+подготовка.+Эстафетный+бег.+видео	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 23.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы)** **и класса.**

21.04.2020 12.10-12.50	Развитие силовой выносливости. Бег на 1000 м	Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений в движении, специальных беговых упражнений; коллективный бег на 1000 м на результат	Видео (бег 1000 м.): https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15472343819966576865&parent-reqid=1587205133015822-644657738883466085415780-production-app-host-vla-web-yp-172&path=wizard&text=бег+1000+метров+видео+для+школьников	**Должникам сдать «Основные правила игры баскетбол» СРОЧНО! Фото с ответами теста «Легкая атлетика» предоставить до 23.04.2020г.** Посмотреть видео бега 1000 м. и сделать выводы о просмотренном (устно)	Фото с ответами теста предоставить до 23.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru Нет срока д.з.
21.04.2020 13.00-13.40	Развитие скоростных способностей. Метание малого мяча	Выполнение специальных беговых упражнений; бег на 60 м на результат в парах; корректировка техники выполнения метания малого мяча на дальность.	**Учебник:**(стр.144-145) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 144-145 (ссылка слева) и выполнить имитационные движения (без предмета)	**Должникам:** фото с ответами теста предоставить до 23.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.
23.04.2020 12.10-12.50	Развитие скоростных способностей. Бег на короткие дистанции. Бега 30 м. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма	Выполнение специальных беговых упражнений; бег на 30 м. на результат в парах; беседа о влиянии легкоатлетических упражнений на различные системы организма.	**Учебник:**(стр.129-131) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 129-131 (ссылка слева) и определить этапы спринтерского бега (устно)	**Должникам:** фото с ответами теста предоставить до 23.04.2020г. (включительно) До 23.04.2020 г.

28.04.2020 12.10-12.50	Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафетный бег. Прыжок в высоту с разбега. Метание малого мяча	Обучение технике выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»; корректировка техники выполнения метания малого мяча на дальность.	**Учебник:**(стр.138-139) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 138-139 и написать в тетрадь пять подводящих упражнений для выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
28.04.2020 13.00-13.40	Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафетный бег. Метание малого мяча. Прыжок в высоту с разбега	Корректировка техники выполнения метания малого мяча на заданное расстояние; закрепление и совершенствование техники выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	**Учебник:**(стр.138-139) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 138-139 и написать в тетрадь пять подводящих упражнений для выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
30.04.2020 12.10-12.50	Развитие скоростно-силовых качеств	Коллективное выполнение специальных беговых и прыжковых упражнений; коллективное проведение игры с элементами легкой атлетики	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

12.05.2020 12.10-12.50	Сдача зачетов по физической подготовке.	Индивидуальная сдача контрольных упражнений по легкой атлетике; самостоятельное проведение подвижных игр на выбор учащихся	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
12.05.2020 13.00-13.40	Футбол. Основные приемы и правила игры. Овладение техникой передвижения.	Изучение комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение); изучение основных правил и приемов игры в футбол	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

14.05.2020 12.10-12.50	Футбол. Овладение техникой передвижения. Повороты. Развитие физических качеств (скоростных и координационных способностей)	Работа в парах по выполнению комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение)	**Учебник:**(стр.184-185) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 184-185 и проанализировать основные правила игры в футбол (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
19.05.2020 12.10-12.50	Футбол. Овладение техникой передвижения, остановки, ускорения игрока. Развитие координационных способностей	Коллективное выполнение общеразвивающих упражнений в движении, специальных беговых упражнений; выполнение в подгруппах комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение)	**Видео:**https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8032792011104174144&parent-reqid=1588861402182501-1991257643722205504002999-production-app-host-vla-web-yp-107&path=wizard&text=видео+футбол+овладение+элементами+техники+игры	1) Посмотреть видео (ссылка слева) 2) Найти и описать три подвижные игры с элементами футбола.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
19.05.2020 13.00-13.40	Футбол. Овладение элементами техники футбола. Развитие координационных способностей	Работа в парах по выполнению комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение)	**Видео:**https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8032792011104174144&parent-reqid=1588861402182501-1991257643722205504002999-production-app-host-vla-web-yp-107&path=wizard&text=видео+футбол+овладение+элементами+техники+игры	1) Посмотреть видео (ссылка слева) 2) Найти и описать три подвижные игры с элементами футбола.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
Планирование уроков физической культуры для 6 «Г» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**

07.04.2020 11.10-11.50	Баскетбол. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств	Взаимодействие двух игроков; коллективное изучение техники вырывания и выбивания мяча, взаимодействия двух игроков, нападения быстрым прорывом; игра в мини-баскетбол в подгруппах	https://www.youtube.com/watch?v=_8LroNmq5Nw https://www.youtube.com/watch?v=Ro-tylyExYA	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.
08.04.2020 08.30-09.10	Баскетбол. Игровые задания. Развитие физических качеств.	Индивидуальный челночный бег с ведением и без ведения мяча; в парах передача мяча; игровые задания: 2:1, 3:1; 3:2; 3:3	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/271458/ **Учебник:**(стр.155) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Просмотреть видео, написать в тетради «Основные правила игры баскетбол»	До 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
08.04.2020 09.20-10.00	Баскетбол. Игровые задания	Выполнение тестовых заданий по баскетболу (челночный бег с ведением и без ведения мяча, передача набивного мяча, игровые задания: 2:1, 3:1; 3:2; 3:3)	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/271458/ **Учебник:**(стр.155) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Просмотреть видео, написать в тетради «Основные правила игры баскетбол»	До 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
14.04.2020 11.10-11.50	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости.	Повторение инструктажа по ТБ на занятиях легкой атлетикой в подгруппах; коллективное проведение специальных легкоатлетических беговых упражнений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/ Видео в РЭШ: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3165/main/	Предыдущее д.з. «Основные правила игры баскетбол» сдать до 17.04.2020г. Посмотреть презентацию по Т.Б., и видео в РЭШ. Повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях	Нет срока д.з.

				легкой атлетикой (устно)	
15.04.2020 08.30-09.10	Кроссовая подготовка. Эстафетный бег. Развитие выносливости.	Индивидуальный высокий старт до 15 м; групповое выполнение встречной эстафеты; повторение техники выполнения специальных беговых упражнений.	Посмотреть видео:https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16707569456381980840&parent-reqid=1586515724386461-1526999010608531050002 41-production-app-host-sas-web-yp-172&path=wizard&text=Кроссовая+подготовка.+Эстафетный+бег.+видео	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
15.04.2020 09.20-10.00	Кроссовая подготовка. Преодоление полосы препятствий. Развитие силовой выносливости.	Выполнение специальных беговых упражнений, упражнений в движении.	Посмотреть видео:https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16707569456381980840&parent-reqid=1586515724386461-1526999010608531050002 41-production-app-host-sas-web-yp-172&path=wizard&text=Кроссовая+подготовка.+Эстафетный+бег.+видео	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
21.04.2020 11.10-11.50	Развитие силовой выносливости. Бег на 1000 м	Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений в движении, специальных беговых упражнений; коллективный бег на 1000 м на результат	Видео (бег 1000 м.): https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15472343819966576865&parent-reqid=1587205133015822-644657738883466085415780-production-app-host-vla-web-yp-172&path=wizard&text=бег+1000+метров+видео+для+школьников	**Должникам сдать «Основные правила игры баскетбол» СРОЧНО! Фото с ответами теста «Легкая атлетика» предоставить до 24.04.2020г.** Посмотреть видео бега 1000 м. и сделать выводы о просмотренном (устно)	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru Нет срока д.з.

22.04.2020 08.30-09.10	Развитие скоростных способностей. Метание малого мяча	Выполнение специальных беговых упражнений; бег на 60 м на результат в парах; корректировка техники выполнения метания малого мяча на дальность.	**Учебник:**(стр.144-145) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 144-145 (ссылка слева) и выполнить имитационные движения (без предмета)	**Должникам:** фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.
22.04.2020 09.20-10.00	Развитие скоростных способностей. Бег на короткие дистанции. Бега 30 м. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма	Выполнение специальных беговых упражнений; бег на 30 м. на результат в парах; беседа о влиянии легкоатлетических упражнений на различные системы организма.	**Учебник**(стр.129-131): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 129-131 (ссылка слева) и определить этапы спринтерского бега (устно)	**Должникам:** фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) До 24.04.2020 г.
28.04.2020 11.10-11.50	Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафетный бег. Прыжок в высоту с разбега. Метание малого мяча	Обучение технике выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»; корректировка техники выполнения метания малого мяча на дальность.	**Учебник:**(стр.138-139) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 138-139 и написать в тетрадь пять подводящих упражнений для выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

29.04.2020 08.30-09.10	Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафетный бег. Метание малого мяча. Прыжок в высоту с разбега	Корректировка техники выполнения метания малого мяча на заданное расстояние; закрепление и совершенствование техники выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	**Учебник:**(стр.138-139) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 138-139 и написать в тетрадь пять подводящих упражнений для выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
29.04.2020 09.20-10.00	Развитие скоростно-силовых качеств	Коллективное выполнение специальных беговых и прыжковых упражнений; коллективное проведение игры с элементами легкой атлетики	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
12.05.2020 11.10-11.50	Сдача зачетов по физической подготовке.	Индивидуальная сдача контрольных упражнений по легкой атлетике; самостоятельное проведение подвижных игр на выбор учащихся	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

			web-yp-219&redircnt=1588153180.1		
13.05.2020 8.30-9.10	Футбол. Основные приемы и правила игры. Овладение техникой передвижения.	Изучение комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение); изучение основных правил и приемов игры в футбол	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
13.05.2020 9.20-10.00	Футбол. Овладение техникой передвижения. Повороты. Развитие физических качеств (скоростных и координационных способностей)	Работа в парах по выполнению комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение)	**Учебник:**(стр.184-185) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 184-185 и проанализировать основные правила игры в футбол (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

19.05.2020 11.10-11.50	Футбол. Овладение техникой передвижения, остановки, ускорения игрока. Развитие координационных способностей	Коллективное выполнение общеразвивающих упражнений в движении, специальных беговых упражнений; выполнение в подгруппах комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение)	**Видео:**https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8032792011104174144&parent-reqid=1588861402182501-1991257643722205504002999-production-app-host-vla-web-yp-107&path=wizard&text=видео+футбол+овладение+элементами+техники+игры	1) Посмотреть видео (ссылка слева) 2) Найти и описать три подвижные игры с элементами футбола.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
20.05.2020 8.30-9.10	Футбол. Овладение элементами техники футбола. Развитие координационных способностей	Работа в парах по выполнению комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение)	**Видео:**https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8032792011104174144&parent-reqid=1588861402182501-1991257643722205504002999-production-app-host-vla-web-yp-107&path=wizard&text=видео+футбол+овладение+элементами+техники+игры	1) Посмотреть видео (ссылка слева) 2) Найти и описать три подвижные игры с элементами футбола.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
20.05.2020 9.20-10.00	Футбол. Освоение техники удара по мячу. Развитие быстроты и ловкости.	Обучение технике удара по мячу; групповое проведение эстафет с элементами футбола; закрепление техники выполнения изученных элементов футбола в коллективной учебной игре (подгруппа 1, подгруппа 2)	**Учебник:**(стр.186-187) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 186-187 и проанализировать разновидности ведения мяча в футболе (устно)	Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**

7 КЛАСС

Планирование уроков физической культуры для 7 «А» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**
09.04.2020 13.00-13.40	Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча, передача одной рукой от плеча.	Разучивание техники выбивания мяча; повторение техники вырывания мяча и передачи мяча одной рукой от плеча в парах; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	https://youtu.be/3m7X6vOQvtE https://youtu.be/8mkreYWVF2s	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.
11.04.2020 08.30-09.10	Баскетбол. Броски мяча в баскетбольную корзину.	Выполнение различных бросков в баскетбольную корзину в группах; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/ https://youtu.be/ou36BP4o-F8	Прочитать (стр.165-169) и написать в тетрадь «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» (кратко) Посмотреть видео.	Предоставить фото написанного в срок до 20.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
11.04.2020 9.20-10.00	Баскетбол. Броски мяча в баскетбольную корзину.	Совершенствование техники выполнения бросков мяча в баскетбольную корзину различными способами; выбор наиболее удобного варианта броска; проведение баскетбольной эстафеты.	Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать (стр.165-169) и написать в тетрадь «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» (кратко)	Предоставить фото написанного в срок до 20.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
16.04.2020 13.00-13.40	Баскетбол. Тактические действия.	Повторение тактических действий во время игры в группах; разучивание техники передачи мяча двумя руками сверху.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3197/main/	Предыдущее д.з. «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» выполнить до 17.04.2020г. Посмотреть видео.	Нет срока д.з.

18.04.2020 08.30-09.10	Баскетбол. Игра по правилам.	Разучивание техники борьбы за мяч при вбрасывании; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол».	Посмотреть видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17049613114253908612&text=игра+баскетбол+соревнования+детских+команд	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Баскетбол», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
18.04.2020 9.20-10.00	Баскетбол. Игра по правилам, вбрасывание мяча.	Повторение техники борьбы за мяч при вбрасывании; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол».	Посмотреть видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17049613114253908612&text=игра+баскетбол+соревнования+детских+команд	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Баскетбол», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
23.04.2020 13.00-13.40	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	Контроль и самоконтроль изученных умений и навыков; выполнение контрольных баскетбольных упражнений; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14368741223475824669&path=wizard&text=баскетбол+видео+для+школьников	**Должникам сдать «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» СРОЧНО!** **Фото с ответами теста «Баскетбол» предоставить до 24.04.2020г.** Посмотреть видео (ссылка слева) и вспомнить все основные правила игры баскетбол (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru Нет срока д.з.
25.04.2020 08.30-09.10	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости.	Работа с инструкцией по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой; проведение беговой разминки; выполнение специальных беговых упражнений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Посмотреть презентацию (ссылка слева) и повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	**Должникам:** фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.

25.04.2020 9.20-10.00	Полоса препят-ствий.	Прохождение полосы препятствий (умение подбирать оптимальные варианты преодоления препятствий); коллективное выполнение упражнений, направленных на развитие координации движений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Посмотреть презентацию (ссылка слева) и повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	**Должникам:** фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) До 25.04.2020 г.
30.04.2020 13.00-13.40	Полоса препят-ствий.	Коллективное выполнение упражнений, направленных на развитие координации движений	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5766293227014659724&path=wizard&text=полоса+препятствий+в+легкой+атлетике+для+детей+видео	Посмотреть видео (ссылка слева) и написать комплекс из 6-7 упражнений разминки в движении перед выполнением полосы препятствий.	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с упражнениями в срок до 02.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
14.05.2020 13.00-13.40	Тестирование прыжка в длину с места.	Тестирование прыжка в длину с места; оценка уровня развития своих скоростно-силовых способностей; коллективное проведение легкоатлетической эстафеты.	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

16.05.2020 8.30-9.10	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х 10 м.	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х 10м; оценка уровня развития скоростных и координационных способностей; определение правил развития скоростных качеств.	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
16.05.2020 9.20-10.00	Тестирование бега на 60 м.	Тестирование бега на 60 м; определение правил развития скоростных качеств; повторение техники спринтерского бега, старта и финиширования.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

21.05.2020 13.00-13.40	Тестирование метания мяча на дальность.	Тестирование метания мяча на дальность; оценка уровня развития своих скоростно-силовых способностей; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять силы по дистанции.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=19245560165778566 12&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Найти и описать три подвижные игры на занятиях легкой атлетикой.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
22.05.2020 13.50-14.30	Тестирование бега на 300 м.	Тестирование бега на 300 м; оценка уровня развития своей выносливости; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять свои силы по дистанции.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=19245560165778566 12&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Найти и описать три подвижные игры на занятиях легкой атлетикой.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
23.05.2020 8.30-9.10	Тестирование бега на 1000 м.	Тестирование бега на 1000 м; оценка уровня развития своей выносливости; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять свои силы по дистанции.	Учебник (стр.129-132): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник (стр.129-132) и повторить разновидности бега в легкой атлетике (устно)	Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**

23.05.2020 9.20-10.00	Эстафетный бег.	Повторение техники эстафетного бега и передачи эстафетной палочки; проверка умения осуществлять контроль и самоконтроль во время беговых эстафет; повторение правил проведения беговых эстафет.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=19245560165778566 12&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Найти и описать три подвижные игры на занятиях легкой атлетикой.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**
Планирование уроков физической культуры для 7 «Б» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**
07.04.2020 08.30-09.10	Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча, передача одной рукой от плеча.	Разучивание техники выбивания мяча; повторение техники вырывания мяча и передачи мяча одной рукой от плеча в парах; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	https://youtu.be/3m7X6vOQvtE https://youtu.be/8mkreYWVF2s	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.
11.04.2020 10.10-10.50	Баскетбол. Броски мяча в баскетбольную корзину.	Выполнение различных бросков в баскетбольную корзину в группах; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/ https://youtu.be/ou36BP4o-F8	Прочитать (стр.165-169) и написать в тетрадь «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» (кратко) Посмотреть видео.	Предоставить фото написанного в срок до 19.00 18.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**

11.04.2020 11.00-11.40	Баскетбол. Броски мяча в баскетбольную корзину.	Совершенствование техники выполнения бросков мяча в баскетбольную корзину различными способами; выбор наиболее удобного варианта броска; проведение баскетбольной эстафеты.	Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать (стр.165-169) и написать в тетрадь «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» (кратко)	Предоставить фото написанного в срок до 19.00 18.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
14.04.2020 08.30-09.10	Баскетбол. Тактические действия.	Повторение тактических действий во время игры в группах; разучивание техники передачи мяча двумя руками сверху.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3197/main/	Предыдущее д.з. «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» выполнить до 18.04.2020г. Посмотреть видео.	Нет срока д.з.
18.04.2020 10.10-10.50	Баскетбол. Игра по правилам.	Разучивание техники борьбы за мяч при вбрасывании; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол».	Посмотреть видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17049613114253908612&text=игра+баскетбол+соревнования+детских+команд	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Баскетбол», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
18.04.2020 11.00-11.40	Баскетбол. Игра по правилам, вбрасывание мяча.	Повторение техники борьбы за мяч при вбрасывании; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол».	Посмотреть видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17049613114253908612&text=игра+баскетбол+соревнования+детских+команд	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Баскетбол», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
21.04.2020 08.30-09.10	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	Контроль и самоконтроль изученных умений и навыков; выполнение контрольных баскетбольных упражнений; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14368741223475824669&path=wizard&text=баскетбол+видео+для+школьников	**Должникам сдать «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» СРОЧНО!** **Фото с ответами теста «Баскетбол»**	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

				предоставить до 25.04.2020г. Посмотреть видео (ссылка слева) и вспомнить все основные правила игры баскетбол (устно)	Нет срока д.з.
25.04.2020 10.10-10.50	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости.	Работа с инструкцией по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой; проведение беговой разминки; выполнение специальных беговых упражнений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Посмотреть презентацию (ссылка слева) и повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.
25.04.2020 11.00-11.40	Полоса препят-ствий.	Прохождение полосы препятствий (умение подбирать оптимальные варианты преодоления препятствий); коллективное выполнение упражнений, направленных на развитие координации движений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Посмотреть презентацию (ссылка слева) и повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) До 25.04.2020 г.
28.04.2020 08.30-09.10	Полоса препят-ствий.	Коллективное выполнение упражнений, направленных на развитие координации движений	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5766293227014659724&path=wizard&text=полоса+препятствий+в+легкой+атлетике+для+детей+видео	Посмотреть видео (ссылка слева) и написать комплекс из 6-7 упражнений разминки в движении перед выполнением полосы препятствий.	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

12.05.2020 8.30-9.10	Тестирование прыжка в длину с места.	Тестирование прыжка в длину с места; оценка уровня развития своих скоростно-силовых способностей; коллективное проведение легкоатлетической эстафеты.	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
16.05.2020 10.10-10.50	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х 10 м.	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х 10м; оценка уровня развития скоростных и координационных способностей; определение правил развития скоростных качеств.	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

16.05.2020 11.10-11.50	Тестирование бега на 60 м.	Тестирование бега на 60 м; определение правил развития скоростных качеств; повторение техники спринтерского бега, старта и финиширования.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
19.05.2020 8.30-9.10	Тестирование метания мяча на дальность.	Тестирование метания мяча на дальность; оценка уровня развития своих скоростно-силовых способностей; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять силы по дистанции.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=19245560165777856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Найти и описать три подвижные игры на занятиях легкой атлетикой.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
23.05.2020 10.10-10.50	Тестирование бега на 300 м.	Тестирование бега на 300 м; оценка уровня развития своей выносливости; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять свои силы по дистанции.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=19245560165777856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Найти и описать три подвижные игры на	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно)

				занятиях легкой атлетикой.	На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
23.05.2020 11.10-11.50	Тестирование бега на 1000 м.	Тестирование бега на 1000 м; оценка уровня развития своей выносливости; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять свои силы по дистанции.	Учебник (стр.129-132): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник (стр.129-132) и повторить разновидности бега в легкой атлетике (устно)	Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**

Планирование уроков физической культуры для 7 «В» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**
07.04.2020 9.20-10.00	Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча, передача одной рукой от плеча.	Разучивание техники выбивания мяча; повторение техники вырывания мяча и передачи мяча одной рукой от плеча в парах; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	https://youtu.be/3m7X6vOQvtE https://youtu.be/8mkreYWVF2s	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.

08.04.2020 10.10-10.50	Баскетбол. Броски мяча в баскетбольную корзину.	Выполнение различных бросков в баскетбольную корзину в группах; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/ https://youtu.be/ou36BP4o-F8	Прочитать (стр.165-169) и написать в тетрадь «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» (кратко) Посмотреть видео.	Предоставить фото написанного в срок до 17.00 18.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
08.04.2020 11.10-11.50	Баскетбол. Броски мяча в баскетбольную корзину.	Совершенствование техники выполнения бросков мяча в баскетбольную корзину различными способами; выбор наиболее удобного варианта броска; проведение баскетбольной эстафеты.	Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать (стр.165-169) и написать в тетрадь «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» (кратко)	Предоставить фото написанного в срок до 17.00 18.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
14.04.2020 9.20-10.00	Баскетбол. Тактические действия.	Повторение тактических действий во время игры в группах; разучивание техники передачи мяча двумя руками сверху.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3197/main/	Предыдущее д.з. «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» выполнить до 18.04.2020г. Посмотреть видео.	Нет срока д.з.
15.04.2020 10.10-10.50	Баскетбол. Игра по правилам.	Разучивание техники борьбы за мяч при вбрасывании; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол».	Посмотреть видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17049613114253908612&text=игра+баскетбол+соревнования+детских+команд	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Баскетбол», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**

15.04.2020 11.10-11.50	Баскетбол. Игра по правилам, вбрасывание мяча.	Повторение техники борьбы за мяч при вбрасывании; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол».	Посмотреть видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17049613114253908612&text=игра+баскетбол+соревнования+детских+команд	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Баскетбол», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
21.04.2020 9.20-10.00	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	Контроль и самоконтроль изученных умений и навыков; выполнение контрольных баскетбольных упражнений; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14368741223475824669&path=wizard&text=баскетбол+видео+для+школьников	**Должникам сдать «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» СРОЧНО!** **Фото с ответами теста «Баскетбол» предоставить до 25.04.2020г.** Посмотреть видео (ссылка слева) и вспомнить все основные правила игры баскетбол (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru Нет срока д.з.
22.04.2020 10.10-10.50	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости.	Работа с инструкцией по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой; проведение беговой разминки; выполнение специальных беговых упражнений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Посмотреть презентацию (ссылка слева) и повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.

22.04.2020 11.10-11.50	Полоса препят-ствий.	Прохождение полосы препятствий (умение подбирать оптимальные варианты преодоления препятствий); коллективное выполнение упражнений, направленных на развитие координации движений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Посмотреть презентацию (ссылка слева) и повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 25.04.2020г. (включительно) До 25.04.2020 г.
28.04.2020 9.20-10.00	Полоса препят-ствий.	Коллективное выполнение упражнений, направленных на развитие координации движений	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5766293227014659724&path=wizard&text=полоса+препятствий+в+легкой+атлетике+для+детей+видео	Посмотреть видео (ссылка слева) и написать комплекс из 6-7 упражнений разминки в движении перед выполнением полосы препятствий.	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
29.04.2020 10.10-10.50	Тестирование прыжка в длину с места.	Тестирование прыжка в длину с места; оценка уровня развития своих скоростно-силовых способностей; коллективное проведение легкоатлетической эстафеты.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

			204&redircnt=1587746580.1		
29.04.2020 11.10-11.50	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х 10 м.	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х 10м; оценка уровня развития скоростных и координационных способностей; определение правил развития скоростных качеств.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
12.05.2020 9.20-10.00	Тестирование бега на 60 м.	Тестирование бега на 60 м; определение правил развития скоростных качеств; повторение техники спринтерского бега, старта и финиширования.	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

13.05.2020 10.10-10.50	Тестирование метания мяча на дальность.	Тестирование метания мяча на дальность; оценка уровня развития своих скоростно-силовых способностей; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять силы по дистанции.	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
13.05.2020 11.10-11.50	Тестирование бега на 300 м.	Тестирование бега на 300 м; оценка уровня развития своей выносливости; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять свои силы по дистанции.	**Учебник:**(стр.129-131) https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник на стр. 129-131 (ссылка слева) и определить этапы спринтерского бега (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

19.05.2020 9.20-10.00	Тестирование бега на 1000 м.	Тестирование бега на 1000 м; оценка уровня развития своей выносливости; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять свои силы по дистанции.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=19245560165778566 12&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Найти и описать три подвижные игры на занятиях легкой атлетикой.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
20.05.2020 10.10-10.50	Эстафетный бег.	Повторение техники эстафетного бега и передачи эстафетной палочки; проверка умения осуществлять контроль и самоконтроль во время беговых эстафет; повторение правил проведения беговых эстафет.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=19245560165778566 12&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Найти и описать три подвижные игры на занятиях легкой атлетикой.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

20.05.2020 11.10-11.50	Тестирование бега на 1500 м.	Тестирование бега на 1500 м; оценка уровня развития своей выносливости; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять силы по дистанции.	Учебник (стр.129-132): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник (стр.129-132) и повторить разновидности бега в легкой атлетике (устно)	Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**
Планирование уроков физической культуры для 7 «Г» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**
08.04.2020 10.10-10.50	Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча, передача одной рукой от плеча.	Разучивание техники выбивания мяча; повторение техники вырывания мяча и передачи мяча одной рукой от плеча в парах; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	https://youtu.be/3m7X6vOQvtE https://youtu.be/8mkreYWVF2s	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.
11.04.2020 11.50-12.30	Баскетбол. Броски мяча в баскетбольную корзину.	Выполнение различных бросков в баскетбольную корзину в группах; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/ https://youtu.be/ou36BP4o-F8	Прочитать (стр.165-169) и написать в тетрадь «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» (кратко) Посмотреть видео.	Предоставить фото написанного в срок до 18.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**

11.04.2020 12.40-13.20	Баскетбол. Броски мяча в баскетбольную корзину.	Совершенствование техники выполнения бросков мяча в баскетбольную корзину различными способами; выбор наиболее удобного варианта броска; проведение баскетбольной эстафеты.	Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать (стр.165-169) и написать в тетрадь «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» (кратко)	Предоставить фото написанного в срок до 18.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
14.04.2020 10.10-10.50	Баскетбол. Тактические действия.	Повторение тактических действий во время игры в группах; разучивание техники передачи мяча двумя руками сверху.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3197/main/	Предыдущее д.з. «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» выполнить до 17.04.2020г. Посмотреть видео.	Нет срока д.з.
18.04.2020 11.50-12.30	Баскетбол. Игра по правилам.	Разучивание техники борьбы за мяч при вбрасывании; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол».	Посмотреть видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17049613114253908612&text=игра+баскетбол+соревнования+детских+команд	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Баскетбол», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
18.04.2020 12.40-13.20	Баскетбол. Игра по правилам, вбрасывание мяча.	Повторение техники борьбы за мяч при вбрасывании; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол».	Посмотреть видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17049613114253908612&text=игра+баскетбол+соревнования+детских+команд	Посмотреть видео Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Баскетбол», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**

21.04.2020 10.10-10.50	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	Контроль и самоконтроль изученных умений и навыков; выполнение контрольных баскетбольных упражнений; коллективное проведение спортивной игры «Баскетбол»	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14368741223475824669&path=wizard&text=баскетбол+видео+для+школьников	**Должникам сдать «Технику выполнения бросков мяча в корзину различными способами» СРОЧНО!** **Фото с ответами теста «Баскетбол» предоставить до 24.04.2020г.** Посмотреть видео (ссылка слева) и вспомнить все основные правила игры баскетбол (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru Нет срока д.з.
25.04.2020 11.50-12.30	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости.	Работа с инструкцией по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой; проведение беговой разминки; выполнение специальных беговых упражнений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Посмотреть презентацию (ссылка слева) и повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.
25.04.2020 12.40-13.20	Полоса препят-ствий.	Прохождение полосы препятствий (умение подбирать оптимальные варианты преодоления препятствий); коллективное выполнение упражнений, направленных на развитие координации движений.	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Посмотреть презентацию (ссылка слева) и повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) До 25.04.2020 г.

28.04.2020 10.10-10.50	Полоса препят-ствий.	Коллективное выполнение упражнений, направленных на развитие координации движений	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5766293227014659724&path=wizard&text=полоса+препятствий+в+легкой+атлетике+для+детей+видео	Посмотреть видео (ссылка слева) и написать комплекс из 6-7 упражнений разминки в движении перед выполнением полосы препятствий.	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с упражнениями в срок до 30.04.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
12.05.2020 10.10-11.50	Тестирование прыжка в длину с места.	Тестирование прыжка в длину с места; оценка уровня развития своих скоростно-силовых способностей; коллективное проведение легкоатлетической эстафеты.	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-yp-219&redircnt=1588153180.1	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
16.05.2020 12.10-12.50	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х 10 м.	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 х 10м; оценка уровня развития скоростных и координационных способностей; определение правил развития скоростных качеств.	**Мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17623674634920073961&text=мультфильм%20ну%20погоди%20выпуск%204&path=wizard&parent-reqid=1588153164266358-981127554773473731900291-production-app-host-vla-web-	Посмотреть мультфильм «Ну, погоди!» 4 выпуск и написать 5 нарушений правил техники безопасности волка на занятиях (ссылка слева)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно)

			yp-219&redircnt=1588153180.1		На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
16.05.2020 13.00-13.40	Тестирование бега на 60 м.	Тестирование бега на 60 м; определение правил развития скоростных качеств; повторение техники спринтерского бега, старта и финиширования.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1737823462853415811 0&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о мультфильме в срок до 16.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
19.05.2020 10.10-11.50	Тестирование метания мяча на дальность.	Тестирование метания мяча на дальность; оценка уровня развития своих скоростно-силовых способностей; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять силы по дистанции.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Найти и описать три подвижные игры на занятиях легкой атлетикой.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс:

					yana.shlennickowa@yandex.ru
23.05.2020 12.10-12.50	Тестирование бега на 300 м.	Тестирование бега на 300 м; оценка уровня развития своей выносливости; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять свои силы по дистанции.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Найти и описать три подвижные игры на занятиях легкой атлетикой.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
23.05.2020 13.00-13.40	Тестирование бега на 1000 м.	Тестирование бега на 1000 м; оценка уровня развития своей выносливости; повторение техники равномерного бега и проверка умения распределять свои силы по дистанции.	Учебник (стр.129-132): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321645/	Прочитать учебник (стр.129-132) и повторить разновидности бега в легкой атлетике (устно)	Предоставить фото с написанным о подвижных играх в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**

8 КЛАСС

Планирование уроков физической культуры для 8 «А» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**
08.04.2020 12.10-12.50	Баскетбол. Бросок мяча.	Броски одной и двумя руками с места и в прыжке; бросок в движении после ловли мяча; бросок в движении одной рукой от плеча после ведения с пассивным противодействием.	https://youtu.be/ou36BP4o-F8	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.
08.04.2020 13.00-13.40	Баскетбол. Бросок мяча в движении.	Бросок на точность и быстроту в движении одной рукой от плеча после ведения в прыжке из – под щита. Учебная игра.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/ Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Посмотреть видео, прочитать учебник (стр.165-169) и описать технику выполнения броска мяча одной рукой в движении.	Предоставить фото написанного в срок до 20.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
09.04.2020 11.10-11.50	Баскетбол. Игровые задания.	Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача мяча. Учебная игра.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/ Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Посмотреть видео, прочитать учебник (стр.165-169) и описать технику выполнения броска мяча одной рукой в движении.	Предоставить фото написанного в срок до 20.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**

15.04.2020 12.10-12.50	Основы знаний о физической культуре. Легкая атлетика и подвижные игры.	Повторный инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой и подвижным играм	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Предыдущее д.з. «Основные правила игры баскетбол» сдать до 17.04.2020г. Посмотреть презентацию по Т.Б. Повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	Нет срока д.з.
15.04.2020 13.00-13.40	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3463/main/	Посмотреть видео в РЕШ (акцентировать внимание на классификацию прыжков) Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
16.04.2020 11.10-11.50	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3463/main/	Посмотреть видео в РЕШ (акцентировать внимание на классификацию прыжков) Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**

22.04.2020 12.10-12.50	Прыжки в высоту с разбега	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Учебник (стр. 106-109): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	**Должникам сдать «Описание техники выполнения броска мяча одной рукой в движении» СРОЧНО!** **Фото с ответами теста «Легкая атлетика» предоставить до 24.04.2020г.** Прочитать учебник стр.106-109 (ссылка слева) и определить правильную технику выполнения прыжков в высоту с разбега (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru Нет срока д.з.
22.04.2020 13.00-13.40	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Учебник (стр. 106-109): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Прочитать учебник стр.106-109 (ссылка слева) и определить правильную технику выполнения прыжков в высоту с разбега (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.
23.04.2020 11.10-11.50	Метание мяча в цель.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Метание теннисного мяча в горизонтальную цель (1х1м) с расстояния 10 – 12 м.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16247507109910930000&p=2&suggest_reqid=213563751145408666088753477016794&text=метание+мяча+в+горизонтальную+цель+видео+8+класс	Посмотреть видео «Метание мяча на дальность» (ссылка слева) и выполнить имитационные движения (без предмета)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) До 24.04.2020 г.

29.04.2020 12.10-12.50	Метание мяча в цель.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Оценка метания теннисного мяча в горизонтальную цель (1х1м) с расстояния 10 – 12 м.	Учебник(стр.54-57): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Прочитать учебник (стр.54-57) (ссылка слева) и ответить письменно на первый вопрос на стр. 57	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото написанного в срок до 01.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
29.04.2020 13.00-13.40	Метание малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Метание малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Учебник(стр.54-57): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Прочитать учебник(стр.54-57) (ссылка слева) и ответить письменно на первый вопрос на стр. 57	Предоставить фото написанного в срок до 01.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
30.04.2020 11.10-11.50	Метание малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Метание малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13043588915543936993&p=1&path=wizard&text=метание+гранаты+на+дальность	Посмотреть видео метания снаряда и выполнить имитационные движения (без предмета)	Предоставить фото написанного в срок до 01.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

13.05.2020 12.10-12.50	Тестирование метания малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Тестирование метания малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12343933786012752117&parent-reqid=1588168369364499-1631323360854781942000287-production-app-host-man-web-yp-169&path=wizard&text=упражнениями+на+статику	1) Посмотрите видео 2) Составьте 5-7 карточек с упражнениями для развития статической выносливости (можно зарисовать упражнения с помощью графических изображений)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
13.05.2020 13.00-13.40	Гладкий бег	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег 3000 м – М, 2500 м - Д .	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12343933786012752117&parent-reqid=1588168369364499-1631323360854781942000287-production-app-host-man-web-yp-169&path=wizard&text=упражнениями+на+статику	1) Посмотрите видео 2) Составьте 5-7 карточек с упражнениями для развития статической выносливости (можно зарисовать упражнения с помощью графических изображений)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г.. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

14.05.2020 11.10-11.50	Развитие выносливости	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Смешанное передвижение до 10 мин.: отрезки 500 м (бег) - 200 – 100 м (ходьба). Бег на повороте дорожки. Спортивные игры.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
20.05.2020 12.10-12.50	Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон.	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с максимальной скоростью 2 – 3 х 70 метров. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 10 – 20 с.).	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

20.05.2020 13.00-13.40	Высокий старт.	Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Высокий старт и стартовый разгон от 30 до 40 метров.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
21.05.2020 11.10-11.50	Тестирование бега на 60 м. Развитие скоростных способностей.	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег 60 метров – на результат. Подвижные игры.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2190089566988511541&text=видео+о+выдающихся+легкоатлетах+россии	Посмотреть видео и определить выдающихся легкоатлетов России на Чемпионате мира в Москве (устно)	Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**
Планирование уроков физической культуры для 8 «Б» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**
09.04.2020 08.30-09.10	Баскетбол. Бросок мяча.	Броски одной и двумя руками с места и в прыжке; бросок в движении после ловли мяча; бросок в движении одной рукой от плеча после ведения с пассивным противодействием.	https://youtu.be/ou36BP4o-F8	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.

09.04.2020 9.20-10.00	Баскетбол. Бросок мяча в движении.	Бросок на точность и быстроту в движении одной рукой от плеча после ведения в прыжке из – под щита. Учебная игра.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/ Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Посмотреть видео, прочитать учебник (стр.165-169) и описать технику выполнения броска мяча одной рукой в движении.	Предоставить фото написанного в срок до 21.00 18.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
10.04.2020 13.00-13.40	Баскетбол. Игровые задания.	Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача мяча. Учебная игра.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/ Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Посмотреть видео, прочитать учебник (стр.165-169) и описать технику выполнения броска мяча одной рукой в движении.	Предоставить фото написанного в срок до 21.00 18.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
16.04.2020 08.30-09.10	Основы знаний о физической культуре. Легкая атлетика и подвижные игры.	Повторный инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой и подвижным играм	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Предыдущее д.з. «Основные правила игры баскетбол» сдать до 18.04.2020г. Посмотреть презентацию по Т.Б. Повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	Нет срока д.з.
16.04.2020 9.20-10.00	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3463/main/	Посмотреть видео в РЕШ (акцентировать внимание на классификацию прыжков) Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**

17.04.2020 13.00-13.40	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3463/main/	Посмотреть видео в РЕШ (акцентировать внимание на классификацию прыжков) Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
23.04.2020 08.30-09.10	Прыжки в высоту с разбега	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Учебник (стр. 106-109): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	**Должникам сдать «Описание техники выполнения броска мяча одной рукой в движении» СРОЧНО!** **Фото с ответами теста «Легкая атлетика» предоставить до 24.04.2020г.** Прочитать учебник стр.106-109 (ссылка слева) и определить правильную технику выполнения прыжков в высоту с разбега (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru Нет срока д.з.
23.04.2020 9.20-10.00	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Учебник (стр. 106-109): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Прочитать учебник стр.106-109 (ссылка слева) и определить правильную технику выполнения прыжков в высоту с разбега (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.

24.04.2020 13.00-13.40	Метание мяча в цель.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Метание теннисного мяча в горизонтальную цель (1х1м) с расстояния 10 – 12 м.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16247507109910930000&p=2&suggest_reqid=213563751145408666088753477016794&text=метание+мяча+в+горизонтальную+цель+видео+8+класс	Посмотреть видео «Метание мяча на дальность» (ссылка слева) и выполнить имитационные движения (без предмета)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) До 24.04.2020 г.
30.04.2020 08.30-09.10	Метание мяча в цель.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Оценка метания теннисного мяча в горизонтальную цель (1х1м) с расстояния 10 – 12 м.	Учебник(стр.54-57): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Прочитать учебник (стр.54-57) (ссылка слева) и ответить письменно на первый вопрос на стр. 57	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото написанного в срок до 02.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
30.04.2020 9.20-10.00	Метание малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Метание малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Учебник(стр.54-57): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Прочитать учебник(стр.54-57) (ссылка слева) и ответить письменно на первый вопрос на стр. 57	Предоставить фото написанного в срок до 02.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

14.05.2020 08.30-09.10	Метание малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Метание малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12343933786012752117&parent-reqid=1588168369364499-1631323360854781942000287-production-app-host-man-web-yp-169&path=wizard&text=упражнениями+на+статику	1) Посмотрите видео 2) Составьте 5-7 карточек с упражнениями для развития статической выносливости (можно зарисовать упражнения с помощью графических изображений)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
14.05.2020 9.20-10.00	Тестирование метания малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Тестирование метания малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12343933786012752117&parent-reqid=1588168369364499-1631323360854781942000287-production-app-host-man-web-yp-169&path=wizard&text=упражнениями+на+статику	1) Посмотрите видео 2) Составьте 5-7 карточек с упражнениями для развития статической выносливости (можно зарисовать упражнения с помощью графических изображений)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

15.05.2020 13.00-13.40	Гладкий бег	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег 3000 м – М, 2500 м - Д .	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
21.05.2020 08.30-09.10	Развитие выносливости.	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Смешанное передвижение до 10 мин.: отрезки 500 м (бег) - 200 – 100 м (ходьба). Бег на повороте дорожки.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

21.05.2020 9.20-10.00	Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон.	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с максимальной скоростью 2 – 3 х 70 метров. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 10 – 20 с.).	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
22.05.2020 13.00-13.40	Высокий старт.	Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Высокий старт и стартовый разгон от 30 до 40 метров.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2190089566988511541&text=видео+о+выдающихся+легкоатлетах+россии	Посмотреть видео и определить выдающихся легкоатлетов России на Чемпионате мира в Москве (устно)	Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**
Планирование уроков физической культуры для 8 «В» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**

09.04.2020 13.50-14.30	Баскетбол. Бросок мяча.	Броски одной и двумя руками с места и в прыжке; бросок в движении после ловли мяча; бросок в движении одной рукой от плеча после ведения с пассивным противодействием.	https://youtu.be/ou36BP4o-F8	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.
10.04.2020 11.10-11.50	Баскетбол. Бросок мяча в движении.	Бросок на точность и быстроту в движении одной рукой от плеча после ведения в прыжке из – под щита. Учебная игра.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/ Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Посмотреть видео, прочитать учебник (стр.165-169) и описать технику выполнения броска мяча одной рукой в движении.	Предоставить фото написанного в срок до 18.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
10.04.2020 12.10-12.50	Баскетбол. Игровые задания.	Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача мяча. Учебная игра.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/ Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Посмотреть видео, прочитать учебник (стр.165-169) и описать технику выполнения броска мяча одной рукой в движении.	Предоставить фото написанного в срок до 18.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
16.04.2020 13.50-14.30	Основы знаний о физической культуре. Легкая атлетика и подвижные игры.	Повторный инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой и подвижным играм	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Предыдущее д.з. «Основные правила игры баскетбол» сдать до 17.04.2020г. Посмотреть презентацию по Т.Б. Повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	Нет срока д.з.

17.04.2020 11.10-11.50	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3463/main/	Посмотреть видео в РЕШ (акцентировать внимание на классификацию прыжков) Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
17.04.2020 12.10-12.50	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3463/main/	Посмотреть видео в РЕШ (акцентировать внимание на классификацию прыжков) Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
23.04.2020 13.50-14.30	Прыжки в высоту с разбега	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Учебник (стр. 106-109): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	**Должникам сдать «Описание техники выполнения броска мяча одной рукой в движении» СРОЧНО! Фото с ответами теста «Легкая атлетика» предоставить до 24.04.2020г.** Прочитать учебник стр.106-109 (ссылка слева) и определить правильную технику выполнения прыжков в высоту с разбега (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru Нет срока д.з.
24.04.2020 11.10-11.50	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега	Учебник (стр. 106-109): https://media.prosv.ru/static/books-	Прочитать учебник стр.106-109 (ссылка слева) и определить правильную	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до

		переступанием. Эстафеты.	viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	технику выполнения прыжков в высоту с разбега (устно)	24.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.
24.04.2020 12.10-12.50	Метание мяча в цель.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Метание теннисного мяча в горизонтальную цель (1х1м) с расстояния 10 – 12 м.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16247507109910930000&p=2&suggest_reqid=213563751145408666088753477016794&text=метание+мяча+в+горизонтальную+цель+видео+8+класс	Посмотреть видео «Метание мяча на дальность» (ссылка слева) и выполнить имитационные движения (без предмета)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно)
30.04.2020 13.50-14.30	Метание мяча в цель.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Оценка метания теннисного мяча в горизонтальную цель (1х1м) с расстояния 10 – 12 м.	Учебник(стр.54-57): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Прочитать учебник (стр.54-57) (ссылка слева) и ответить письменно на первый вопрос на стр. 57	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото написанного в срок до 02.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
14.05.2020 13.50-14.30	Метание малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Метание малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12343933786012752117&parent-reqid=1588168369364499-1631323360854781942000287-production-app-host-man-web-yp-169&path=wizard&text=упражнениями+на+статику	1) Посмотрите видео 2) Составьте 5-7 карточек с упражнениями для развития статической выносливости (можно зарисовать упражнения с помощью графических изображений)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г.

					(включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
15.05.2020 11.10-11.50	Метание малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Метание малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12343933786012752117&parent-reqid=1588168369364499-163132336085478194200287-production-app-host-man-web-yp-169&path=wizard&text=упражнениями+на+статику	1) Посмотрите видео 2) Составьте 5-7 карточек с упражнениями для развития статической выносливости (можно зарисовать упражнения с помощью графических изображений)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
15.05.2020 12.10-12.50	Тестирование метания малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Тестирование метания малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

18.05.2020 8.30-9.10	Гладкий бег.	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег 3000 м – М, 2500 м - Д . Эстафеты.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
21.05.2020 13.50-14.30	Развитие выносливости.	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Смешанное передвижение до 10 мин.: отрезки 500 м (бег) - 200 – 100 м (ходьба). Бег на повороте дорожки.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
22.05.2020 11.10-11.50	Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон.	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с максимальной скоростью 2 – 3 х 70 метров. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 10 – 20 с.).	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2190089566988511541&text=видео+о+выдающихся+легкоатлетах+россии	Посмотреть видео и определить выдающихся легкоатлетов России на Чемпионате мира в Москве (устно)	Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

					Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)
22.05.2020 12.10-12.50	Высокий старт.	Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Высокий старт и стартовый разгон от 30 до 40 метров.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
Планирование уроков физической культуры для 8 «Г» класса на период дистанционного обучения					
Дата урока	**Тема урока**	**Содержание**	**Ресурсы**	**д.з**	**Срок выполнения д.з**
09.04.2020 10.10-10.50	Баскетбол. Бросок мяча.	Броски одной и двумя руками с места и в прыжке; бросок в движении после ловли мяча; бросок в движении одной рукой от плеча после ведения с пассивным противодействием.	https://youtu.be/ou36BP4o-F8	Просмотреть видео, произвести имитационные действия.	Нет срока д.з.

10.04.2020 08.30-09.10	Баскетбол. Бросок мяча в движении.	Бросок на точность и быстроту в движении одной рукой от плеча после ведения в прыжке из – под щита. Учебная игра.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/ Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Посмотреть видео, прочитать учебник (стр.165-169) и описать технику выполнения броска мяча одной рукой в движении.	Предоставить фото написанного в срок до 20.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
10.04.2020 9.20-10.00	Баскетбол. Игровые задания.	Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача мяча. Учебная игра.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/1248/ Учебник: https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Посмотреть видео, прочитать учебник (стр.165-169) и описать технику выполнения броска мяча одной рукой в движении.	Предоставить фото написанного в срок до 20.00 17.04.2020г. (включительно) на ресурс:, yana.shlennickowa@yandex.ru или РЭШ **с указанием ФИО ученика и класс.**
09.04.2020 10.10-10.50	Основы знаний о физической культуре. Легкая атлетика и подвижные игры.	Повторный инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой и подвижным играм	Презентация: http://www.myshared.ru/slide/1306210/	Предыдущее д.з. «Основные правила игры баскетбол» сдать до 17.04.2020г. Посмотреть презентацию по Т.Б. Повторить инструктаж по охране труда и мерам безопасности на занятиях легкой атлетикой (устно)	Нет срока д.з.
10.04.2020 08.30-09.10	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3463/main/	Посмотреть видео в РЕШ (акцентировать внимание на классификацию прыжков) Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@ya

				находится под этой таблицей.	ndex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
10.04.2020 9.20-10.00	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Посмотреть видео: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3463/main/	Посмотреть видео в РЕШ (акцентировать внимание на классификацию прыжков) Ответить письменно на тестовые вопросы по теме «Легкая атлетика», который находится под этой таблицей.	Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **с указанием ФИО ученика(цы) и класса.**
23.04.2020 10.10-10.50	Прыжки в высоту с разбега	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Учебник (стр. 106-109): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	**Должникам сдать «Описание техники выполнения броска мяча одной рукой в движении» СРОЧНО!** **Фото с ответами теста «Легкая атлетика» предоставить до 24.04.2020г.** Прочитать учебник стр.106-109 (ссылка слева) и определить правильную технику выполнения прыжков в высоту с разбега (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) на ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru Нет срока д.з.

24.04.2020 08.30-09.10	Прыжки в высоту с разбега.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Прыжки в высоту с разбега переступанием. Эстафеты.	Учебник (стр. 106-109): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Прочитать учебник стр.106-109 (ссылка слева) и определить правильную технику выполнения прыжков в высоту с разбега (устно)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з.
24.04.2020 9.20-10.00	Метание мяча в цель.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Метание теннисного мяча в горизонтальную цель (1х1м) с расстояния 10 – 12 м.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16247507109910930000&p=2&suggest_reqid=213563751145408666088753477016794&text=метание+мяча+в+горизонтальную+цель+видео+8+класс	Посмотреть видео «Метание мяча на дальность» (ссылка слева) и выполнить имитационные движения (без предмета)	**Должникам:** Фото с ответами теста предоставить до 24.04.2020г. (включительно) Нет срока д.з
30.04.2020 10.10-10.50	Метание мяча в цель.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Оценка метания теннисного мяча в горизонтальную цель (1х1м) с расстояния 10 – 12 м.	Учебник(стр.54-57): https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321646/	Прочитать учебник (стр.54-57) (ссылка слева) и ответить письменно на первый вопрос на стр. 57	**Должникам**, которые не сдали предыдущие две работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото написанного в срок до 02.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

14.05.2020 10.10-10.50	Метание малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Метание малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12343933786012752117&parent-reqid=1588168369364499-1631323360854781942000287-production-app-host-man-web-yp-169&path=wizard&text=упражнениями+на+статику	1) Посмотрите видео 2) Составьте 5-7 карточек с упражнениями для развития статической выносливости (можно зарисовать упражнения с помощью графических изображений)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г.. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
15.05.2020 8.30-9.10	Метание малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Метание малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	Видео: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12343933786012752117&parent-reqid=1588168369364499-1631323360854781942000287-production-app-host-man-web-yp-169&path=wizard&text=упражнениями+на+статику	1) Посмотрите видео 2) Составьте 5-7 карточек с упражнениями для развития статической выносливости (можно зарисовать упражнения с помощью графических изображений)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

15.05.2020 9.20-10.00	Тестирование метания малого мяча (гранаты) на дальность.	ОРУ в движении и на месте. Специальные упражнения. Беговые упражнения. Тестирование метания малого мяча (гранаты) на дальность с 4 – 5 шагов разбега.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17378234628534158110&text=интересные%20видео%20про%20легкую%20атлетику%20для%20детей&path=wizard&parent-reqid=1587746548302328-965566301338986815900287-production-app-host-man-web-yp-204&redircnt=1587746580.1	Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить для себя интересные факты о легкой атлетике (устно)	**Должники**, которые не сдали предыдущие три работы, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанными или зарисованными карточками в срок до 18.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
19.05.2020 13.50-14.30	Гладкий бег.	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег 3000 м – М, 2500 м - Д . Эстафеты.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru

21.05.2020 10.10-10.50	Развитие выносливости.	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Смешанное передвижение до 10 мин.: отрезки 500 м (бег) - 200 – 100 м (ходьба). Бег на повороте дорожки.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
22.05.2020 8.30-9.10	Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон.	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с максимальной скоростью 2 – 3 х 70 метров. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 10 – 20 с.).	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2190089566988511541&text=видео+о+выдающихся+легкоатлетах+россии	Посмотреть видео и определить выдающихся легкоатлетов России на Чемпионате мира в Москве (устно)	Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**

22.05.2020 9.20-10.00	Высокий старт.	Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Высокий старт и стартовый разгон от 30 до 40 метров.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1924556016577856612&text=видео+легкая+атлетика+в+череповце	1) Посмотреть видео (ссылка слева) и выявить как проводятся соревнования по легкой атлетике в нашем городе (устно) 2) Ответить письменно на вопросы: а) Что такое массаж? б) Виды массажа? в) Подробно описать восстановительный массаж.	**Должники**, которые не сдали какую-либо из предыдущих четырех работ, СРОЧНО сдать!!!! Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru
23.05.2020 13.00-13.40	Тестирование бега на 60 м. Развитие скоростных способностей.	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег 60 метров – на результат. Подвижные игры.	**Видео:** https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2190089566988511541&text=видео+о+выдающихся+легкоатлетах+россии	Посмотреть видео и определить выдающихся легкоатлетов России на Чемпионате мира в Москве (устно)	Предоставить фото с написанным о массаже в срок до 23.05.2020г. (включительно) На ресурс: yana.shlennickowa@yandex.ru **Не задерживайте пожалуйста сдачу домашнего задания (должно быть сдано 5 работ на момент выставления оценки за четверть)**