Кравченко Светлана Сергеевна

Физическая культура

5 А класс

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Тема | | Ресурс | Домашнее задание | Форма отчёта |
| план | факт |
| 1 | 13.04.2020 | Прямой нападающий удар. Контроль: бросок набивного мяча-1 кг из положение сидя. Игра в волейбол по упрощённым правилам. |  | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | разминка, 10 отжиманий, 25 приседаний, 35 сек планка  записать видео любого упражнения прислать на почту Кравченко С.С.  (Cravchenkosvetlana@ro.ru) | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Cravchenkosvetlana@ro.ru |
| 2 | 15.04.2020 | Строевые упр-я. ОРУ на месте. Кроссовая подготовка: ходьба и бег по пересечённой местности до 7 минут. Подвижные и спортивные игры по выбору: «Перестрелка» и футбол. |  | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ Урок №26  Контрольное задание В1  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Cravchenkosvetlana@ro.ru |
| 3 | 18.04.2020 | Бег у умеренном темпе до 2 минут. ОРУ на месте и в движении. Контрольный урок: метание мяча на дальность-150 гр. | Бег у умеренном темпе до 2 минут. ОРУ на месте и в движении. Контрольный урок: метание мяча на дальность-150 гр. | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | Составить 10 упражнений (прислать голосовое сообщение) на почту Кравченко С.С. Cravchenkosvetlana@ro.ru | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Cravchenkosvetlana@ro.ru |