|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | дата | тема | | | | ресурс | домашнее задание | форма отчета |
| план | факт | | |
| 1 | 06.04 | Прямой нападающий удар. Контроль: бросок набивного мяча-1 кг из положение сидя. | Миф о зарождении Олимпийских игр | | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  урок 1  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7435/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.mixayatzenko@yandex.ru |
| 2 | 09.04 | Подвижные и спортивные игры по выбору: «Перестрелка» и футбол. | Исторические сведения о древних Олимпийских играх | | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  урок 2  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7436/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.mixayatzenko@yandex.ru |
| 3 | 13.04 | Высокий старт, бег по прямой с ускорением до 30м, до 60 м. Челночный юег 3х10 м, 4х9 м. | Легкая атлетика. Бег | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | | РЭШ  урок 26  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 4 | 16.04 | ОРУ беговые и прыжковые | Прыжковые упражнения | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | | РЭШ  урок 27  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/start/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 5 | 20.04 | Развитие гибкости | | Разминка на полу (ноги, спина, делаем мостик) | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  урок 17  https://resh.edu.ru/subject/lesson/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 6 | 23.04 | Развитие координации | | Упражнения на координацию- ласточка, стойка на одной ноге с закрытыми глазами и т.д. | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  урок 18  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7451/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 7 | 25.04 | Дыхательная гимнастика | | Дыхательная гимнастика на свежем воздухе | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  урок 19  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7452/start/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 8 | 27.04 | Кроссовая подготовка: ходьба и бег по пересечённой местности до 12 минут. | Формирование стройной фигуры | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | | РЭШ  Урок 20  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7453/> | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 9 | 30.04 | Контрольный урок: бег 1000 м. | Гимнастика с основами акробатики | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | | РЭШ  Урок 22  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/> | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 10 | 04.05 | Высокий старт, бег по прямой с ускорением до 30м, до 60 м. Челночный бег 3х10 м, 4х9 м. | Акробатические упражнения | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | | РЭШ  Урок 23  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7456/> | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 11 | 07.05 | Высокий старт, бег по прямой с ускорением до 30м, до 60 м. Контроль: челночный бег 3х10 м | Ритмическая гимнастика | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | | РЭШ  Урок 24  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7457/> | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 12 | 11.05 | Разучивание техники метания мяча в цель, на дальность. | Спортивные игры. Баскетбол | | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 31  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/> | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 13 | 14.05 | Метание мяча из различных положений. Метание на дальность-мяч 150 гр. | Спортивные игры. Волейбол | | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 32  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/> | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |