|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | дата | тема | ресурс | домашнее задание | форма отчета |
| план | факт |
| 1 | 25.05 | Беговые ОРУ. Тестирование: бег 60 м, прыжок в длину с места, подтягивание: юноши из виса, девочки-на низкой перекладине из виса лёжа. | Пресс | Интернет-ресурс | <https://www.youtube.com/watch?v=8dPiN8I7q_U>Все упражнения по10 повторений! | 1.Видео зарядки, тренировки.2.mixayatzenko@yandex.ru |
| 2 | 28.05 | Строевые упр-я. ОРУ на месте и в движении. Совершенствование техники прыжков: прыжок в длину с разбега с 5-6 шагов; тройной прыжок с места. | Исправляем осанку  | Интернет-ресурс | <https://www.youtube.com/watch?v=c4pFF9pxzZg> | 1.Видео зарядки, тренировки.2.mixayatzenko@yandex.ru |