Ф.И.О. учителя Боровкова М.А.

Предмет физкультура

Класс 10 а,в

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Тема | | Ресурс | Домашнее задание | Форма отчета |
| план | факт |
| 1 | 11.05 | Бег по пересеченной местности. Бег 2000 метров – учет. | Бег по пересеченной местности. Бег 2000 метров – | Интернет-ресурс | Просмотреть видео [**youtube.com**](http://www.youtube.com/watch?v=9-AGsboVhL8) Бег по пересеченной местности | Электронная почта mary.borowkowa2015@yandex.ru  WhatsApp 8989-52018-92 |
| 2 | 13.05 | Преодоление горизонтальных и вертикальных препятствий. | Преодоление горизонтальных и вертикальных препятствий. | Интернет-ресурс | Видео 30 секунд (отжимание ) | Электронная почта  [mary.borowkowa2015@yandex.ru](mailto:mary.borowkowa2015@yandex.ru)  WhatsApp 8989-52018-92 |
| 3 | 14.05 | Бег по пересеченной местности. Бег 3000 метров – учет. | Бег по пересеченной местности. Бег 3000 метров – учет. | Интернет-ресурс | Просмотреть видео [**youtube.com**](http://www.youtube.com/watch?v=9-AGsboVhL8) Бег 3000метров | Электронная почта  [mary.borowkowa2015@yandex.ru](mailto:mary.borowkowa2015@yandex.ru)  WhatsApp 8989-52018-92 |