|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | дата | тема | | | | ресурс | домашнее задание | форма отчета | | |
| план | факт | | |
| 1 | 09.04 | Инструктаж по ТБ  Прямой нападающий удар. Контроль: бросок набивного мяча-1 кг из положение сидя. | Возрождение Олимпийских игр | | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  урок 1  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7128/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.mixayatzenko@yandex.ru | | |
| 2 | 09.04 | Строевые упр-я. ОРУ на месте. Кроссовая подготовка: ходьба и бег по пересечённой местности до 7 минут. | Зарождение Олимпийских игр в России | | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  урок 2  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7128/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.mixayatzenko@yandex.ru | | |
| 3 | 16.04 | ОРУ в движении. Высокий старт, бег по прямой с ускорением до 30м, до 60 м. | Спринтерский и гладкий равномерный бег | | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 19  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7146/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | | |
| 4 | 16.04 | ОРУ беговые и прыжковые. | Легкая атлетика: прыжки | | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 21  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7148/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | | |
| 5 | 23.04 | ОРУ в движении. Высокий старт. Челночный бег. | Легкая атлетика: челночный бег 3x10 | | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 20  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7147/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | | |
| 6 | 23.04 | Упражнения для профилактики нарушений осанки | Лечебная гимнастика. Коррекция осанки. | | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 12  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7140/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | | |
| 7 | 25.04 | ОРУ на месте, беговые.Контрольный урок: бег 1000 м. | Упражнения на низкой перекладине | | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 15  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7142/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | | |
| 8 | 25.04 | ОРУ в движении. Высокий старт, бег по прямой с ускорением до 30м, до 60 м. | Упражнения на брусьях. | | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 16  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7143/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | | |
| 9 | 30.04 | 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 17  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7144/> | | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | |
| 10 | 30.04 | Разучивание техники метания мяча в цель, на дальность. | Лазанье | | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 18  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7145/> | | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | |
| 11 | 07.05 | Метание мяча из различных положений. Метание на дальность-мяч 150 гр. | | Баскетбол | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 25  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/> | | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | |
| 12 | 07.05 | Контрольный урок: метание мяча на дальность-150 гр. | | Технико-тактические действия в баскетболе | | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 26  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/> | | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru | |
| 13 | 14.05 | Разучивание техники прыжков: прыжок в длину с места; тройной прыжок с места. | | | Волейбол | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 27  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/> | | | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 14 | 14.05 | Совершенствование техники прыжков: прыжок в длину с разбега с 5-6 шагов; тройной прыжок с места. | | | Тактические действия в волйболе | 1.РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 28  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7157/> | | | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |