|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | дата | | | тема | | | | ресурс | домашнее задание | форма отчета |
| план | | | факт |
| 1 | 07.04 | | | 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 | 07.04 | | | 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/7129/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2. mixayatzenko@yandex.ru |
| 3 | 11.04 | | | Подвижные и спортивные игры по выбору: «Перестрелка» и футбол. | | | Физическая подготовка. Ее связь с укреплением здоровья | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  урок 3  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7130/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2. mixayatzenko@yandex.ru |
| 4 | 11.04 | | | Подвижные и спортивные игры по выбору: «Перестрелка» и футбол. | | | Физическая подготовка. Ее связь с развитием физических качеств | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  урок 4  https://resh.edu.ru/subject/lesson/7131/ | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2. mixayatzenko@yandex.ru |
| 5 | 14.04 | | | 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 |
| 6 | 14.04 | | | 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 |
| 7 | 21.04 | | | 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 |
| 8 | 21.04 | | | 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 |
| 9 | 28.04 | | | Метание на дальность-мяч 150 гр. | | | Акробатические комбинации | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 13  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7141/> | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 10 | 28.04 | | | Контрольный урок: метание мяча на дальность-150 гр. | | | 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 |
| 11 | 05.05 | | Разучивание техники прыжков: прыжок в длину с места; тройной прыжок с места. | | | 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 | 05.05 | | Тестирование: бег 60 м, прыжок в длину с места, подтягивание: юноши из виса, девочки-на низкой перекладине из виса лёжа. | | | 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 | 12.05 | Совершенствование техники прыжков: прыжок в длину с разбега с 5-6 шагов; 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 | 12.05 | Контрольный урок: прыжок в длину с разбега. | | | Тактические действия в волейболе | | | 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 |
| 15 | 19.05 | ГТО | | | Футбол | | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 29  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7158/> | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |
| 16 | 19.05 | ГТО сдача нормативов | | | Тактические действия футболистов | | | 1. РЭШ  2. Интернет-ресурс | РЭШ  Урок 30  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7159/> | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ»  2.Видео зарядки, тренировки.  3.mixayatzenko@yandex.ru |