Маршрутный лист

дистанционной подготовки

по физической культуре – 9 класс на период с 13.04 по 19.04.2020г.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Дата | Форма проведения | Цифровые образовательные ресурсы на которых учащиеся могут получить информацию | Домашнее задание | Форма сдачи домашнего задания | Дата сдачи |
| 9 А  | 9 Б | 9 В | 9 Г | 9 Д |
| 1 | Футбол овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. | 14.04 | 13.04 | 13.04 | 14.04 | 13.04 | Э, Д | <http://ru/sport-wiki/org/vidy-sportal/futbol/><https://resh.edu.ru/subject/9/10/>Все задания выполнять в дневнике самоконтроля (тетрадь, блокнот) | Общеразвивающие упражнения | Фото, видео размером не более 30 секунд отправлять на почту или в WhatsApp | 15.04mok-niko@yandex.ru89885045251 |
| 2 | Освоение ударов по катящемуся мячу. | 17.04 | 14.04 | 17.04 | 15.04 | 14.04 | Э, Д | <https://yootu.be/vb3FJYHgUZA>Все задания выполнять в дневнике самоконтроля (тетрадь, блокнот) | Упражнения для развития осанки | Фото, видео размером не более 30 секунд отправлять на почту или в WhatsApp | 17.04mok-niko@yandex.ru89885045251 |
| 3 | Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком, серединой лба (по катящемуся мячу). | 18.04 | 17.04 | 18.04 | 17.04 | 15.04 | Э, Д | <https://yootu.be/jwioTUyOZdE>Все задания выполнять в дневнике самоконтроля (тетрадь, блокнот) | Упражнения на развитие координации движений | Фото, видео размером не более 30 секунд отправлять на почту или в WhatsApp | 18.04mok-niko@yandex.ru89885045251 |