Маршрутный лист

дистанционной подготовки

по физической культуре – 10 класс на период с 20.04 по 26.04.2020г.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Дата | | Форма  проведения | Цифровые образовательные ресурсы на которых учащиеся могут получить информацию | Домашнее задание | Форма сдачи домашнего задания | Дата сдачи |
| 10 А | 10 Б |
| 1 | Футбол овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. | 21.04 | 20.04 | Э, Д | <https://gducfkis.ru/gejjner/utrennyaya-zaryadka-kompleks-uprazhnenii-utrennyaya-zaryadka-dlya/>  Все задания выполнять в дневнике самоконтроля (тетрадь, блокнот) | Упражнения на развитие внимания | Фото, видео размером не более 30 секунд отправлять на почту или в WhatsApp | 14.04  На почту  [nadya300165@mail.ru](mailto:nadya300165@mail.ru)  или WhatsApp  89189015144 |
| 2 | Стойки игрока, перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед. | 22.04 | 21.04 | Э, Д | <https://yootu.be/jwioTUyOZdE>  <https://user.gto.ru/#gto-metod>  Все задания выполнять в дневнике самоконтроля (тетрадь, блокнот) | Прыжковые упражнения | Фото, видео размером не более 30 секунд отправлять на почту или в WhatsApp | 16.04  На почту  [nadya300165@mail.ru](mailto:nadya300165@mail.ru)  или WhatsApp  89189015144 |
| 3 | Совершенствование техники передвижения, остановок, поворотов и стоек | 24.04 | 23.04 | Э, Д | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4018/start/196977/>  урок 42  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 | 17.04  На почту  [nadya300165@mail.ru](mailto:nadya300165@mail.ru)  или WhatsApp  89189015144 |