Маршрутный лист

дистанционной подготовки

по физической культуре – 11 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 |
| 11 А | 11 Б |
| 1 | Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча | 20.04 | 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 | 14.04mok-niko@yandex.ru89885045251 |
| 2 | Совершенствование техники ведения мяча | 21.04 | 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 | 15.04mok-niko@yandex.ru89885045251 |
| 3 | Низкий старт 40м. Эстафетный бег. Техника безопасности на уроках л/а | 25.04 | 22.04 | Э, Д | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4018/start/196977/>урок 42Все 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 |