**Календарно-тематическое планирование с использованием ЭОР**

**Учитель: Руденко.З.А.**

**Предмет: Физическая культура**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Классы** | **Дата урока** | **Тема урока** | **Домашнее задание** | **Сроки выполнения** | **Форма предоставления результата** | **ЭОР** |
| 1Б | 06.05.20 | Правила безопасности на уроке легкой атлетики | Посмотреть видео урок .  нарисовать в тетради стадион с беговыми | до 10.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта - | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/169042/> |
| 07.05.20 | Беговые упражнения из различных исходных положений. | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  стартовые линии для бега  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 10.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169063/> |
| 13.05.20 | . Метание в цель с разбега. Игра «Точно в мишень» | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради мишень для броска мяча  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 13.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/43255/> |
| 14.05.20 | . Упражнения для развития силы. Прыжок в длину с места. | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  коврик для прыжка в длину  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до.14.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169104/> |
| 18.05.20 | Меткие и быстрые! | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  игровую площадку своего двора   Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 15.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5741/start/189332/> |
| 20.05 | Преодоление полосы препятствий | Посмотреть слайды Нарисовать полосу препятствий | до 20.05 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1420559> |
| 21.05 | Лазание | Нарисовать в тетрадь гимнастическая стенка для лазания   Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до.21.05 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189585/> |
| 25.05 | Упражнения для профилактики зрения | сделать зарядку для глаз  <https://www.youtube.com/watch?v=NRGQsVUQfzg> | до.25.05. |  | <https://www.youtube.com/watch?v=NRGQsVUQfzg> |
| 2Б | 06.05.20 | .Метание на точность | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  мяч для метания и также мяч для футбола ,волейбола ,баскетбола | до 08.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/> |
| 08.05.20 | Закрепление навыков метания на дальность на результат | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  мишень для броска мяча  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 12.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/start/190818/> |
| 12.05.20 | Развитие скоростных способностей | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  стадион с беговой дорожкой | до 15.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/> |
| 13.05.20 | Развитие выносливости. Подвижная игра | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  брусья, турник и.т.д.  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 15.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/> |
| 15.05.20 | «Меткий и быстрый! | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  игровую площадку своего двора  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 17.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/> |
| 19.05 | Преодоление полосы препятствий | Посмотреть слайды Нарисовать полосу препятствий |  | Рисунок в тетрадь для последующей проверке эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1420559> |
| 20.05 | Упражнения для профилактики зрения | сделать зарядку для глаз  <https://www.youtube.com/watch?v=NRGQsVUQfzg> |  |  | <https://www.youtube.com/watch?v=NRGQsVUQfzg> |
| 22.05 | Лёгкая атлетика: челночный бег как норматив ГТО | Посмотреть видео урок  и нарисовать спорт зал своей школы |  | Рисунок в тетрадь для последующей проверке эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/> |
| 3А | 07.05.20 | Прыжок в длину с места. | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  дорожку для прыжка в длину с разметкой  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 12.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/> |
| 08.05.20 | Прыжок в высоту с прямого разбега | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  планку на держателях и местом для приземления | до 12.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/start/226553/> |
| 12.05.20 | Челночный бег | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  стадион с беговой дорожкой  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 14.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя  эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/> |
| 14.05.20 | . Бег на короткие дистанции | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  игровую площадку возле твоего дома  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 17.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/> |
| 15.05.20 | Мы быстрые и меткие! | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  Мишень для дротиков  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU> | до 17.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/start/193250/> |
| 19.05 | Лёгкая атлетика: метание | посмотреть видео урок  нарисовать мешень для мяча |  | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/> |
| 21.05 | Гимнастика с элементами акробатики | Посмотреть видо урок  и сделать разминку  <https://www.youtube.com/watch?v=vZw3YBL_EkE> |  |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/193432/> |
| 22.05 | Знакомство с лёгкой атлетикой | Посмотреть видео урок |  |  | <https://mosobr.tv/release/8004> |
| 4Б | 07.05.20 | . Метание большого и малого мячей по горизонтальной и вертикальной цели | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  мишень для метания мяча  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU>; | до 12.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3603/start/224401/> |
| 08.05.20 | Техники выполнения прыжков | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  коврик для прыжка в длину с разметкой | до 12.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195098/> |
| 12.05.20 | Прыжок в высоту способом «перешагивания» | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  планку на держателях и местом для приземления  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU>; | до 14.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/> |
| 14.05.20 | . Развиваем выносливость | Посмотреть видео урок  нарисовать в тетради  стадион с беговыми дорожками  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео) <https://www.youtube.com/watch?v=VRd6fVgNGQU>; | до 17.05.20 | Рисунок в тетрадь для последующей проверке учителя эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6189/start/195123/> |
| 15.05 | Знакомство с лёгкой атлетикой | Посмотреть видео урок  нарисовать мишень для дротиков |  |  | <https://mosobr.tv/release/8004> |
| 19.05 | Лёгкая атлетика: виды упражнений | Посмотреть видео урок  нарисовать три мяча |  |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/start/195018/> |
| 21.05 | Гимнастика с элементами акробатики: упражнения комплексные | Посмотреть видео урок |  |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/start/195338/> |
| 22.05 |  |  |  |  |  |
| 6А | 06.05.20 | Лёгкая атлетика: метание малого мяча | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 12.05.20 | эл.почта-  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7149/start/262318/> |
| 08.05.20 | Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 12.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7134/start/261799/> |
| 12.05.20 | Оценка эффективности занятий физической подготовкой | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь | до 15.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7135/start/261707/> |
| 13.05.20 | Оценка физической подготовленности | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь | до 15.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7136/start/261643/> |
| 15.05.20 | Закаливание | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до.17.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7133/start/261832/> |
| 19.05 | Баскетбол | повторить правила игры в баскетбол | до.24.05 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/start/271452/> |
| 20.05 | Упражнения для коррекции фигуры | составлять комплексы упражнений для развития основных мышечных групп | до.24.05 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7138/start/261676/> |
| 22.05.20 | Упражнения для профилактики нарушений зрения | сделать зарядку для глаз  <https://www.youtube.com/watch?v=NRGQsVUQfzg> | 24.05 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7139/start/262026/> |
| 26.05 | Встречные эстафеты | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь |  | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4977/start/89803/> |
| 27.05 | Подведение итогов пройденного | Повторение  Сдать несданные работы |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 7А | 04.05.20 | Физическое совершенствование. Спортивные игры | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 11.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3418/start/> |
| 06.05.20 | Знания о физической культуре. Спортивные игры | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь | до 11.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3164/start/> |
| 07..05.20 | Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Спортивные игры | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 14.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3109/start/> |
| 13.05.20 | Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Лапта | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 14.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3114/start/> |
| 14.05.20 | Физическое совершенствование. Гимнастика. | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 17.05.20. | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3106/start/> |
| 18.05 | Знания о физической культуре. Баскетбол | Составить доклад история  Баскетбол |  | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3199/start/> |
| 20.05 | Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Баскетбол | Посмотреть видео урок и составить кроссворд  10 слов |  | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3198/train/#209929> |
| 21.05 | Физическое совершенствование. Баскетбол | Освоить технику игры в баскетбол. |  | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3197/start/> |
| 25.05 | Упражнения для профилактики зрения | сделать зарядку для глаз  <https://www.youtube.com/watch?v=NRGQsVUQfzg> |  | Самоконтроль |  |
| 27.05 | Техника безопасности на занятиях . Бег на короткие дистанции | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь |  | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3460/main> |
| 28.05 | Подведение итогов пройденного | Повторение  Сдать несданные работы |  | Самоконтроль |  |
| 8А | 04.05.20 | Знания о физической культуре. Баскетбол | Изучить историю баскетбола  Составить доклад  история баскетбола | до 11.05.20 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3214/start/> |
| 06.05.20 | Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Баскетбол | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 11.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3213/start/> |
| 07.05.20 | Физическое совершенствование. Баскетбол | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 14.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3464/start/> |
| 13.05.20 | Знания о физической культуре.  Футбол | Составить доклад  история футбола | до 14.05.20 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru> | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3216/start/> |
| 14.05.20  . | Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Футбол | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 16.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3215/start/> |
| 18.05 | Основные виды лёгкой атлетики | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь |  | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3463/main/> |
| 20.05 | Техника высокого старта и бега по дистанции | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь |  | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3212/main/> |
| 21.05 | Техника бега на короткие, средние и длинные дистанции | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь |  | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3211/main/> |
| 25.05 | Упражнения для профилактики зрения | сделать зарядку для глаз  <https://www.youtube.com/watch?v=NRGQsVUQfzg> |  | Самоконтроль |  |
| 27.05 | Подтягивание на результат | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь |  | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7147/main/261612/> |
| 28.05 | Подведение итогов пройденного | Повторение  Сдать несданные работы |  | Самоконтроль |  |
| 9Б | 04.05.20 | . Знания о физической культуре. Спортивные игры | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 11.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3462/start/> |
| 06.05.20 | Физическое совершенствование. Спортивные игры | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 11.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3235/start/> |
| 08.05.20 | Футбол. Изучение правила игры, технических приемов. | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 13.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/train/#191900> |
| 11.05.20 | Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Футбол | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь  Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> | до 15.05.20 | эл.почта -  [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru)  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3233/train/#210607> |
| 13.05.20 | Физическое совершенствование. Футбол | Составить доклад история Футбола | до 17.05.20 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3466/train/#210621> |
| 15.05 | Технические элемента бега на длинные дистанции | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь | до.20.05 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3422/main/> |
| 18.05 | Технические элемента бега на средние дистанции | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь | до.25.05 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3421/main/> |
| 20.05.20 | Упражнения для профилактики зрения | сделать зарядку для глаз  <https://www.youtube.com/watch?v=NRGQsVUQfzg> |  | Самоконтроль |  |
| 22.05 | Упражнения для профилактики зрения | Составить план самостоятельных занятий |  | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://www.youtube.com/watch?v=NRGQsVUQfzg> |
| 25.05 | ФК упражнения здоровый образ жизни | .Выполнить комплекс упражнений по ссылке (видео)  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> |  | Самоконтроль |  |
| 27.05 | Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность | Запись ответов из раздела «тренировочные задания» в рабочую тетрадь |  | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3420/main/> |
| 29.05 | Овладение двигательными действиями.Спринтерский бег. | Освоить технику выполнения  стр 157  .Изучить фазы бега на короткие дистанции  2. Отработать навык двигательногодействия - стартового разгона в бегена короткие дистанции  3. Закрепить навык связки низкогостарта и стартового разгона  4. Способствовать развитию скоростно – силовых качеств. |  | Самоконтроль , | <https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321650/>  <https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321650/> |
| 01.06 | Длительный бег | Электронный учебник, - стр 161 читать |  | Самоконтроль , | <https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321650/> |
| 03.06 | Прыжки | Электронный учебник, - стр 165 читать |  | Самоконтроль , | <https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321650/> |
| 05.06 | Метание малого мяча в цель | Электронный учебник, -стр 168 читать |  | Самоконтроль , | <https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321650/> |
| 06.05 | Подведение итогов пройденного | Повторение  Сдать несданные работы |  | Самоконтроль , |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Класс** | **Дата урока** | **Тема урока** | **Домашнее задание** | **Сроки выполнения** | **Форма предоставления результата** | **ЭОР** | **1** |
| 10А | 04.05.2020 | Смешанное передвижение до 1500м | Выполнение тестовых упражнений из раздела "тренировочные задания" | до 11.05.2020 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4779/> | 1 |
|  | 08.05.2020 | Бег на средние дистанции-техника бега. Переменный бег до 2000м | Выполнение тестовых упражнений из раздела "тренировочные задания" | до 11.05.2020 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3933/> | 1 |
|  | 11.05.2020 | Бег на 500м | Выполнение тестовых упражнений из раздела "тренировочные задания" | до 17.05.2020 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3648/> | 1 |
|  | 12.05.2020 | Длительный бег до 20мин | Сообщение «Моя любимая дистанция» и почему!  От руки в тетради | до 17.05.2020 | Отправить работы – [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru) | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4781/> | 1 |
|  | 15.05.2020 | Прыжок в длину с места | Выполнение тестовых упражнений из раздела "тренировочные задания" | до 17.05.2020 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/> | 1 |
|  | 18.05.2020 | Челночный бег 3\*10м | Выполнение тестовых упражнений из раздела "тренировочные задания" | до 24.05.2020 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4770/> | 1 |
|  | 19.05.2020 | О.Ф.П. Круговая тренировка | Выполнение тестовых упражнений из раздела "тренировочные задания" | до 24.05.2020 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4783/> | 1 |
|  | 22.05.2020 | Самостоятельная подготовка к выполнению требований комплекса ГТО | Электронный учебник, с230-236 - читать | до 24.05.2020 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321652/> | 1 |
|  | 25.05.2020 | Самостоятельная подготовка к выполнению требований комплекса ГТО | Электронный учебник,  с246 – учебные задания, вопрос 2 (письменно в тетради) | до 28.05.2020 | Отправить работу – [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru) | <https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321652/> |  |
|  | 26.05.2020 | Самостоятельная подготовка к выполнению требований комплекса ГТО | Электронный учебник, с237-245 - читать | до 30.05.2020 | Отправить <nora-rudenko@mail.ru>  Подписывайте Ф.И. класс и за какое число сделано задание | <https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321652/> |  |
|  | 29.05.2020 | Самостоятельная подготовка к выполнению требований комплекса ГТО | Электронный учебник,  с246 – учебные задания, вопросы 1,4 (письменно в тетради) | до 30.05.2020 | Отправить работу – [nora-rudenko@mail.ru](mailto:nora-rudenko@mail.ru) | <https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/321652/> |  |