

Маршрутный лист для дистанционного обучения по предмету «физической культуре» для учащихся 5 класса на 2020 года период с 13 апреля по 22 мая 2020 года

№ п/п	Дата	Тема	Задание по учебнику	Форма сдачи домашнего задания/срок выполнения
1	13.04	ГИМНАСТИКА. Круговая тренировка. Режим дня и его основное содержание. Упражнение для формирования правильной осанки. ГТО Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.	Стр.222 читать параграф	Фото или скан на WhatsApp 89186739945
2	14.04	Правила самоконтроля. Гимнастическая полоса препятствий.	Стр.224 Оценить свою выносливость	Фото или скан на WhatsApp 89186739945
3	20.04	ТБ по разделу. История футбола.Основные приемы игры в футбол. Стойки игрока. Перемещения. Комбинации из освоенных элементов.	Стр.224 ответить письменно на вопросы.	Фото или скан на WhatsApp 89186739945
4	21.04	Техника ударов по воротам на точность попадания в цель. Игра головой	Стр.77-79 читать	Фото или скан на WhatsApp 89186739945
5	27.04	Комбинация из освоенных элементов: Ведение, пас, прием мяча, остановка, удар по воротам. Тактика игры.	Стр.80-83 читать	Фото или скан на WhatsApp 89186739945
6	28.04	ТБ на занятиях легкой атлетикой. Упражнения для укрепления мышц стопы.	Стр.83-85 читать	Фото или скан на WhatsApp 89186739945
7	12.05	Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега. Бросок мяча из-за головы, из положения стоя.	Стр.85-87 читать	Фото или скан на WhatsApp 89186739945
8	18.05	Высокий старт от 15до 30 метров. Специальные беговые упражнения.	Стр.87-89 читать	Фото или скан на WhatsApp 89186739945

9	19.05	Скоростной бег до 40 метров. Линейные эстафеты.	Стр.90 ответы на вопросы 1-3 письменно.	Фото или скан на WhatsApp 89186739945
---	-------	---	---	---------------------------------------

Просьба: выполнять и отправлять работы в указанную дату согласно расписания, не откладывая на последующие дни, с целью избежать перегрузки.

Результаты выполненных работ можно отправить в виде фото на WhatsApp 89186739945. Обязательно указывайте свои данные: Ф.И.О и класс

Учитель Пивкина Наталья Анатольевна