

**Маршрутный лист дистанционного обучения по физической культуре учащихся 9 класса 2020 уч.г.**

№ п/п	Тема	Дата 9 «А»	Дата 9 «Б»	Видеоуроки (на сайте РЭШ – российская электронная школа – в разделе «Основная часть»; в разделе «Тренировочные задания»; «Контрольные задания», можно себя проверить по усвоенному материалу.	Форма сдачи домашнего задания  Фото или скан на электронный адрес
1	Комбинации из освоенных элементов –контрольный урок.	15.04	14.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
2	Верхняя прямая подача. Передача мяча через сетку.	16.04	16.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест
3	Нижняя прямая подача. Учебная игра. Прием мяча после подачи.	17.04	17.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Ссамостоятельная работа
4	Комбинации из освоенных элементов –контрольный урок.	22.04	21.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самообразование
5	Техника прыжка в высоту «перешагивание»	23.04	23.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
6	Метание мяча на дальность	24.04	24.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест
7	Эстафетный бег, 4\60 м Передача эстафетной палочки.	29.04	28.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Реферат
8	ОРУ.Бег 60 метров, низкий старт .	30.04	30.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самообразование
9	Техника прыжка в длину способом «согнув ноги».	1.05	1.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
10	Метание мяча на дальность, с разбега. Игра в футбол.	6.05	5.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест
11	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега.	7.05	7.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самостоятельная работа
12	Чередование ходьбы и бега, ускорения.	8.05	8.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самообразование
13	Марш-бросок 2 км.	13.05	12.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
14	Закрепление ходьбы и бега по пересеченной местности.	14.05	14.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест
15	Бег с препятствиями на местности 1000 - 1500 метров.	15.05	15.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самостоятельная

					работа
16	Прыжки в длину с места, бег 60 метров.	20.05	19.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
17	Бег 2000 м, наклоны вперед.	21.05	21.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самообразование
18	Бег 3000 м. Подвижная игра «Лапта».	22.05	22.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест