

## Маршрутный лист дистанционного обучения по физической культуре учащихся 3 класса 2020 уч.г.

№ п/п	Тема	Дата	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	Равномерный бег.1000 метров.	14.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
2	Бег с изменением направления движения. Ритма и темпа.	15.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест
3	Бег по пересеченной местности до 1000 метров	17.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Реферат
4	Чередование ходьбы, бега 1500 метров.	21.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самообразование
5	Челночный бег 3 х 5 м, 3 х 10 м	22.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
6	Эстафеты с бегом на скорость, от 10 до 15м	24.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест
7	Ускорения. Подвижная игра «Третий лишний» «Вызов номера».	28.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Реферат
8	Сочетание различных видов ходьбы и бега.	29.04	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самообразование
9	Метание малого мяча в цель.	1.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
10	Метание набивного мяча из разных положений.	5.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест
11	Метание малого мяча на дальность с места.	6.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Реферат
12	Прыжок в длину с приземлением на две ноги.	8.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самообразование
13	Измерение длины и массы тела Оценка основных двигательных качеств	12.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
14	Челночный бег 3х10 м (сек) или бег на 60 м с высокого старта	13.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест
15	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами	15.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Реферат

16	Бег 1000 метров. (мин, сек) Бег 2000 метров.	19.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Самообразование
17	Прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега. (м, см)	20.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Конспект
18	Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий) Подтягивание на высокой перекладине из виса (кол-во раз)	22.05	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	Тест