

**Маршрутный лист дистанционного обучения по физической культуре учащихся 7А класса 2020 уч.г.**

№ п/п	Тема	Видеоуроки (на сайте РЭШ – российская электронная школа – в разделе «Основная часть»; в разделе «Тренировочные задания» можно себя проверить по усвоенному материалу).	Задание по учебнику и тетради	Дата
1	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	Изучить историю ,пройти тест ,сделать скрин или фото результатов теста .	№11 Написать конспект. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru  №11 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru  №25 Написать конспект. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru  №11 Написать конспект. Выполненные работы отправить на почту-	14.04
2	Игра головой ,игра на месте в квадрат	Изучить историю ,пройти тест ,сделать скрин или фото результатов теста .		15.04
3	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	Изучить историю ,выполнить задание ,сделать скрин или фото результатов теста .		17.04
4	Удар носком удар подъёмом	Изучить историю ,выполнить задание ,сделать скрин или фото результатов теста .		21.04
5	Удар серединой лба на месте	Изучить историю ,пройти тест ,сделать скрин или фото результатов теста .		22.04
6	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Изучить историю ,пройти тест ,сделать скрин или фото результатов теста .		24.04
7	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью			28.04

8	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом		kunda.anjelika@yandex.ru  №13 Написать конспект. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	29.04
9	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы		№12 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	5.05
10	Удар по летящему мячу средней частью подъема		№25 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	6.05
11	Вбрасывание мяча из-за боковой линии			8.05
12	Обманные движения (финты)			12.05
13	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы		№25 Написать конспект. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	13.05
14	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом			15.05

15	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема			19.05
16	Резаные удары удары с подкруткой мяча		№14 Написать конспект. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	20.05
17	ОРУ.метание меча на дальность			22.05
18	Удар боковой частью лба		№11 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru  №14 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	25.05