

**Маршрутный лист дистанционного обучения по физической культуре учащихся 8А 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	Верхняя прямая подача	<b>Изучить</b> историю ,пройти тест ,сделать скрин или фото результатов теста .	№9 Написать конспект. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	14.04
2	Передача меча через сетку	<b>Изучить</b> историю ,пройти тест ,сделать скрин или фото результатов теста .		15.04
3	Нижняя прямая подача .Учебная игра	<b>Изучить</b> историю ,выполнить задание ,сделать скрин или фото результатов теста .	№16 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	17.04
4	Прием меча после подачи .	<b>Изучить</b> историю ,выполнить задание ,сделать скрин или фото результатов теста .		21.04
5	Комбинации из основных положений игрока .	<b>Изучить</b> историю ,пройти тест ,сделать скрин или фото результатов теста .		22.04
6	Техника прыжка в высоту перешагивание .	<b>Изучить</b> историю ,пройти тест ,сделать скрин или фото результатов теста .	№16 Написать конспект. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	24.04
7	ОРУ. Метание меча на дальность			№6 Написать конспект. Выполненные работы отправить на почту-

8	Эстафетный бег 4-60м . Бег 100 м.		kunda.anjelika@yandex.ru  №6 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	29.04
9	ОРУ. Контрольный урок . Бег 60 метров низкий старт .		№6 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	5.05
10	Техника прыжка в длину способом согнув ноги .		№25 письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	6.05
11	Метание меча на дальность .Подвижная игра лапта .			8.05
12	Бег с препятствиями на местности 1000 метров .			12.05
13	Бег с препятствиями на местности 1500 метров .			№8 написать конспект. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru
14	Прыжки в длину с места бег 100м		№6 написать конспект. Выполненные работы отправить на почту-	15.05

15	Бег 1000 метров наклон в перед .		kunda.anjelika@yandex.ru	19.05
16	Бег 2000 метров на время .		№10 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	20.05
17	ОРУ.метание меча на дальность			22.05
18	Подвижная игра Лапта .Эстафетный бег 3-60 м.		№11 Письменно ответить на вопросы. Выполненные работы отправить на почту- kunda.anjelika@yandex.ru	25.05