

Расписание занятий дистанционного обучения по физической культуре для 5 «А» класса 6-8.05; 11-23.05.2020 года

Дата урока	Тема урока	Образовательные электронные ресурсы	Домашнее задание	Порядок обратной связи	Контроль (текущий, тематический)	Результаты контроля
6.05	Закаливание Физкультминутки и физкультпаузы в течение учебных занятий	Урок 9 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7442/start/ Урок 10 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7443/start/	Гимнастика для глаз			Виртуальная школа
7.05	Как выбрать одежду и обувь для занятий физическими упражнениями.	Урок 12 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7445/start/	УТГ (утренняя гигиеническая гимнастика)			
13.05	Самонаблюдение и самоконтроль Правила оформления результатов самонаблюдения и самоконтроля	Урок 15 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7448/start/ Урок 16 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7449/start/	ОФП: 1. Отжимания: м.- 15 раз, д.- 10 раз; 2. Пресс: м.- 20 раз, д.- 15 раз; 3. Приседание: м.- 20 раз, д.- 25 раз;			
14.05	Развитие гибкости	Урок 17 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7450/start/	Комплекс ОРУ			
16.05	Развитие координации движения	Урок 18 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7451/start/	ОФП: 1. Отжимания: м.- 15 раз, д.- 10 раз; 2. Пресс: м.- 20 раз, д.- 15 раз; 3. Приседание: м.- 20 раз, д.- 25 раз; Фотоотчет	Электронная почта: mr.dec31@yandex.ru	текущий	
20.05	Легкая атлетика. Бег.	Урок 26 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/	Комплекс ОРУ			

21.0 5	Легкая атлетика. Прыжковые упражнения.	Урок 27 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/start/	ОФП: 1. Отжимания: м.- 15 раз, д.- 10 раз; 2. Пресс: м.- 20 раз, д.- 15 раз; 3. Приседание: м.- 20 раз, д.- 25 раз;			
23.0 5	Легкая атлетика. Упражнения в метании малого мяча.	Урок 28 ФК 5 класс https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/	Комплекс ОРУ			