**Информация о реализации образовательных программ или их частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий**

по предмету физическая культура

для 5а, 5б класса

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема | ЭОР  (ссылка) | Текущий контроль | | Консультация | |
| форма | сроки | форма | сроки |
| 16.05 | Подвижные игры на местности. | <https://www.youtube.com/watch?v=wV6LA6ZzHdQ> | Изучение представленного материала. Записать в тетрадь правила игры.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 21.05 | Игры, эстафеты на местности. | <https://www.youtube.com/watch?v=wV6LA6ZzHdQ> | Изучение представленного материала. Запомнить правила игры.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 22.05 | Полоса препятствий. | <https://www.youtube.com/watch?v=NrRAd0WHGNo> | Взяв видео за пример, придумать и записать упражнения для полосы препятствий.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 23.05 | Игры, эстафеты на местности. Контрольный урок по легкой атлетике. | <https://videouroki.net/tests/lieghkaia-atlietika-7.html> | Дать ответы на тест по легкой атлетике письменно в тетради.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 28.05 | Спортивная игра Футбол. | <https://www.youtube.com/watch?v=6g66NXNrmOY>  <https://www.youtube.com/watch?v=RzcRh4lUlJ4> | Выписать в тетрадь наиболее интересные для вас факты из истории футбола. Второе видео на два урока.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 29.05 | Передача мяча. Удар по воротам. Контрольный урок по футболу. | <https://www.youtube.com/watch?v=RzcRh4lUlJ4> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |

**Информация о реализации образовательных программ или их частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий**

по предмету физическая культура

для 6а, 6б класса

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | | Тема | ЭОР  (ссылка) | Текущий контроль | | Консультация | |
| 6а | 6б |  |  | форма | сроки | форма | сроки |
| 16.05 | 12.05 | Всестороннее и гармоничное физическое развитие. | <https://testedu.ru/test/fizkultura/6-klass/vliyanie-zanyatij-fizicheskoj-kulturyi-i-sportom-na-organizm-shkolnika.html> | Пройти тест, не правильно отвеченный вопрос разобрать.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 19.05 | 13.05 | Кросс – 1500м. | <https://www.youtube.com/watch?time_continue=49&v=YG9i9nt1Ti0&feature=emb_title> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 22.05 | 15.05 | Техника финиширования. | <https://runnerclub.ru/training/etapyi-obucheniya-tehnike-bega-na-korotkie-distantsii.html#_5>  <https://www.youtube.com/watch?v=A2JOoS8jEcc&feature=emb_title> | Изучение представленного материала в шаге 5.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 23.05 | 19.05 | Контрольный урок по легкой атлетике. | <https://testserver.pro/run/test/Legkaya-atletika/> | Ответит на вопросы теста, записать в тетрадь.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 26.05 | 20.05 | Инструктаж по технике безопасности при занятии футболом. Комбинации из основных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки). | <https://www.youtube.com/watch?v=-KDG0Z1-RK8&feature=emb_title>  <https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 29.05 | 22.05 | Удары по неподвижному мячу средней частью подъема. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. | <https://www.youtube.com/watch?v=9zPQNfo88Gc> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
|  | 26.05 | Удары по воротам различными способами. | <https://www.youtube.com/watch?v=FLYxBDfQo0I>  <https://www.youtube.com/watch?v=d6dOJnKdOdU> | Записать способы ударов по воротам в тетрадь.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
|  | 27.05 | Взаимодействие игроков в нападении. Контрольный урок по футболу. | <https://www.youtube.com/watch?v=dae6H8f1t7Q> | Записать в тетрадь способы игры в нападении.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
|  | 29.05 | Правила игры в русскую лапту. Техника игры в нападении. Техника игры в защите. | <https://www.youtube.com/watch?v=3SM6D3-S220> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |

**Информация о реализации образовательных программ или их частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий**

по предмету физическая культура

для 7а, 7б класса

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема | ЭОР  (ссылка) | Текущий контроль | | Консультация | |
| форма | сроки | форма | сроки |
| 16.05 | Инструктаж по технике безопасности при занятии футболом. Игра в футбол. | <https://www.youtube.com/watch?v=-KDG0Z1-RK8&feature=emb_title>  <https://www.youtube.com/watch?v=9zPQNfo88Gc> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 20.05 | Инструктаж по технике безопасности при занятии футболом. Игра в футбол. | <https://www.youtube.com/watch?v=FLYxBDfQo0I>  <https://www.youtube.com/watch?v=d6dOJnKdOdU> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 21.05 | Контрольный урок по футболу. | <https://www.youtube.com/watch?v=dae6H8f1t7Q> | Изучение представленного материала, записать в тетрадь возможной расположение игроков на футбольном поле.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 23.05 | Инструктаж по технике безопасности при игре в Лапту. Тактика игры в нападении. Индивидуальные, групповые и командные действия. | <https://www.youtube.com/watch?v=3SM6D3-S220> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 27.05 | Инструктаж по технике безопасности при игре в Лапту. Тактика игры в нападении. Индивидуальные, групповые и командные действия. | <https://www.youtube.com/watch?v=3SM6D3-S220> | Записать основные правила игры в тетрадь.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 28.05 | Тактика игры в защите. Индивидуальные, групповые и командные действия. Контрольный урок по лапте. | <https://www.youtube.com/watch?v=3SM6D3-S220> | Записать основные правила игры в тетрадь.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |

**Информация о реализации образовательных программ или их частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий**

по предмету физическая культура

для 8а, 8б класса

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема | ЭОР  (ссылка) | Текущий контроль | | Консультация | |
| форма | сроки | форма | сроки |
| 19.05 | Инструктаж по технике безопасности при занятии футболом. Игра в футбол. Передача мяча в движении, в парах, в тройках. | <https://www.youtube.com/watch?v=-KDG0Z1-RK8&feature=emb_title>  <https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08> | Записать для чего используется тот или иной вид бега.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 20.05 | Инструктаж по технике безопасности при занятии футболом. Игра в футбол. Передача мяча в движении, в парах, в тройках. | <https://www.youtube.com/watch?v=9zPQNfo88Gc> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 21.05 | Инструктаж по технике безопасности при занятии футболом. Игра в футбол. Передача мяча в движении, в парах, в тройках. | <https://www.youtube.com/watch?v=FLYxBDfQo0I>  <https://www.youtube.com/watch?v=d6dOJnKdOdU> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 26.05 | Игра в футбол. Контрольный урок по футболу. | <https://www.youtube.com/watch?v=dae6H8f1t7Q> | Записать расположение игроков в обороне и нападении.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 27.05 | Инструктаж по технике безопасности при игре в Лапту. Тактика игры в нападении. Индивидуальные, групповые и командные действия. | <https://www.youtube.com/watch?v=3SM6D3-S220> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 28.05 | Инструктаж по технике безопасности при игре в Лапту. Тактика игры в нападении. Индивидуальные, групповые и командные действия. | <https://www.youtube.com/watch?v=3SM6D3-S220> | Записать правила игры.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |

**Информация о реализации образовательных программ или их частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий**

по предмету физическая культура

для 9 класса

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема | ЭОР  (ссылка) | Текущий контроль | | Консультация | |
| форма | сроки | форма | сроки |
| 16.05 | Метание гранаты на дальность. | <https://www.youtube.com/watch?v=gy-QYn6p-ZE> | Записать технику метания гранаты.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 19.05 | Метание мяча в цель и на дальность. | <https://www.youtube.com/watch?v=-3K8RxMhwxM> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 21.05 | Дыхание при беге, безопасность во время бега. | <https://www.youtube.com/watch?v=-_nDmaxBoWI> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 23.05 | Чередование бег с ходьбой. Комплекс упражнений для регулирования массы тела и формирования телосложения. | <https://www.youtube.com/watch?v=nw5xNOs7FN4>  <https://www.youtube.com/watch?time_continue=32&v=WDgO3Z4ke5w&feature=emb_title> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 26.05 | Распределение сил по дистанции. | <https://www.youtube.com/watch?v=EFRlXwcpY-U> | Записать в тетрадь основные правила распределения сил по дистанции.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 28.05 | Контрольный урок по легкой атлетике. | <https://testedu.ru/test/fizkultura/9-klass/vxodnoj-test-po-kursu-lyogkaya-atletika.html> | Решить тест, записать в тетрадь.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |

**Информация о реализации образовательных программ или их частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий**

по предмету физическая культура

для 10 класса

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема | ЭОР  (ссылка) | Текущий контроль | | Консультация | |
| форма | сроки | форма | сроки |
| 16.05 | Метание гранаты на дальность. | <https://www.youtube.com/watch?v=gy-QYn6p-ZE> | Записать в тетрадь технику метания гранаты.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 19.05 | Метание мяча в цель и на дальность. | <https://www.youtube.com/watch?v=-3K8RxMhwxM> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 22.05 | Дыхание при беге, безопасность во время бега. | <https://www.youtube.com/watch?v=-_nDmaxBoWI> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 23.05 | Чередование бег с ходьбой. | <https://www.youtube.com/watch?v=nw5xNOs7FN4> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 26.05 | Распределение сил по дистанции. | <https://www.youtube.com/watch?v=EFRlXwcpY-U> | Записать в тетрадь основные правила распределения сил по дистанции.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  сообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |
| 29.05 | Комплекс упражнений для регулирования массы тела и формирования телосложения. | <https://www.youtube.com/watch?time_continue=32&v=WDgO3Z4ke5w&feature=emb_title> | Изучение представленного материала.  Выполненная работа отправляется в виде фотоотчета (файла) любым доступным для Вас способом:  WhatsAрр,  Вконтакте,  cообщением в сетевом городе. | В течении 7 дней после получения задания | Консультация для родителей и обучающихся возможна:  по телефону  +79678557788  WhatsAрр  Вконтакте  сообщения в сетевом городе. | С понедельника по пятницу (субботу) с 8.30-20.00 |