

Маршрутный лист дистанционного обучения по физкультуре для учащихся 7 «А» класса на период с 13.04.2020 по 30.04.2020

№ п/ п	Тема урока	Дата выполнени я	Формы выполнения и контроля	Цифровые образовательные ресурсы, на которых учащийся может получить дополнительную информацию по теме	Форма сдачи домашнего задания/ срок выполнения	Домашнее задание/дата выполнения
1	Гандбол. Основные приемы игры. Техника безопасности на занятиях гандболом. Имитация броска с места и в движении	14.04	Записать в тетрадь технику игры в гандбол	Ресурсы урока: http://www.offsport.ru/handball/tehnika-igry.shtml	Фото или скан на электронный адрес (oleg.rybalko1993@yandex.ru) или личным сообщением в Вконтакте (https://vk.com/id178086615)	Прочитать и записать в тетрадь Выполнить, отправить д/з до 15.04
2	Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча в низкой, средней и высокой	15.04	Записать в тетрадь правильное держание и ловля мяча	Ресурсы урока: http://www.offsport.ru/handball/pravilnoe-derzhanie-mjacha.shtml http://www.offsport.ru/handball/pravilnoe-vedenie-mjacha.shtml	Фото или скан на электронный адрес (oleg.rybalko1993@yandex.ru) или личным сообщением в	Прочитать и записать в тетрадь Выполнить, отправить д/з до 21.04

	стойке на месте.				Вконтакте (https://vk.com/id178086615)	
3	Ведение мяча в движении по прямой и с изменением направления. Игра по упрощённым правилам мини-гандбола	21.04	Записать в тетрадь правильное ведение мяча	Ресурсы урока: http://www.offsport.ru/handball/pravilnoe-vedenie-mjacha.shtml	Фото или скан на электронный адрес (oleg.rybalko1993@yandex.ru) или личным сообщением в Вконтакте (https://vk.com/id178086615)	Прочитать и записать в тетрадь Выполнить, отправить д/з до 22.04
4	Техника безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Овладение техникой разбега в прыжках в высоту с 9-11 беговых шагов способом «перешагивание» Овладение техникой перехода через планку. Подбор ноги.	22.04	Записать в тетрадь технику разбега в прыжках в высоту	Ресурсы урока: http://fizkultura.ru/sci/legkay_atletika/23	Фото или скан на электронный адрес (oleg.rybalko1993@yandex.ru) или личным сообщением в Вконтакте (https://vk.com/id178086615)	Прочитать и записать в тетрадь Выполнить, отправить д/з до 28.04
5	Овладение техникой приземления в прыжках в высоту с 9-11 беговых шагов. Овладение техникой прыжка в высоту с 9-11 шагов разбега.	28.04	Записать в тетрадь фазу полета в прыжках в высоту	Ресурсы урока: http://fizkultura.ru/sci/legkay_atletika/23	Фото или скан на электронный адрес (oleg.rybalko1993@yandex.ru) или личным сообщением в	Прочитать и записать в тетрадь Выполнить, отправить д/з до 29.04

	Отталкивание. Полёт.				Вконтакте (https://vk.com/id178086615)	
6	Прыжки в длину с места. Прыжок в длину с места на результат.	29.04	Записать в тетрадь определение прыжка в длину	Ресурсы урока: https://studfile.net/preview/1844768/page:11/	Фото или скан на электронный адрес (oleg.rybalko1993@yandex.ru) или личным сообщением в Вконтакте (https://vk.com/id178086615)	Прочитать и записать в тетрадь Выполнить, отправить д/з до 5.05

Учитель: Рыбалко Олег Сергеевич