План уроков физической культуры на период **с 13 апреля по 18 апреля.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Учитель | Класс | Дата | Предмет | Тема урока | Образовательная платформа | Задания для отработки навыка на уроке (конкретные, развернутые) | Использование видеосвязи (указать конкретно) | Задания для отработки навыка по учебнику на уроке (конкретные) | Домашнее задание (конкретные, развернутые) | Обратная связь с учеником | Телефон учителя (для решения возникающих вопросов по дистанционному обучению) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Уманцева | 2 з | 13.04 | Физическая культура | Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Высокий старт. Бег 30 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/WAX97LbQfYI |  | Правила поведения на уроке по легкой атлетике.  Выполнять комплекс ОРУ;  бегать  30 метров. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 4 В | 13.04 | Физическая культура | Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Высокий старт. Стартовый разгон. Бег 30 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/NhAR9mqUqMM |  | Правила поведения на уроке по легкой атлетике. Выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать   30 м с высокого старта. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 з | 14.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Медленный бег.  О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/NhAR9mqUqMM |  | Выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта  30 метров. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 Б | 14.04 | Физическая культура | Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Высокий старт. Бег 30 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/WAX97LbQfYI |  | Правила поведения на уроке по легкой атлетике.  Выполнять комплекс ОРУ;  бегать  30 метров. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 Г | 14.04 | Физическая культура | Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Высокий старт. Бег 30 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/WAX97LbQfYI |  | Правила поведения на уроке по легкой атлетике.  Выполнять комплекс ОРУ;  бегать  30 метров. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 3 Б | 14.04 | Физическая культура | Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Высокий старт. Стартовый разгон. Бег 30 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/NhAR9mqUqMM |  | Правила поведения на уроке по легкой атлетике. Выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать   30 м с высокого старта. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 Б | 15.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Медленный бег.  О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/NhAR9mqUqMM |  | Выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта  30 метров. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 3 Б | 15.04 | Физическая культура | Равномерный бег по пересеченной 3 мин. Стартовый разгон .Бег 60 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/3afhRDBICrM  https:// youtu.be/NhAR9mqUqMM |  | Выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать   60 метров с высокого старта. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 Г | 15.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Медленный бег.  О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/NhAR9mqUqMM |  | Выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта  30 метров. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Уманцева | 2 Г | 16.04 | Физическая культура | Медленный бег.  О.Р.У. Прыжок в длину с места. Учить умению чередования ходьбы и бега (бег 40м, ходьба 60 м). | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/StH\_3V8BHXY  https:// youtu.be/nw5xNOs7FN4 |  | Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с места. | Уманцева | 2 Г | 16.04 |
| Уманцева | 3 Б | 16.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Равномерный бег по пересеченной 4 мин. Высокий старт. Бег 30м | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/3afhRDBICrM  https:// youtu.be/NhAR9mqUqMM |  | Выполнять комплекс ОРУ; бегать   30 метров с высокого старта. | Уманцева | 3 Б | 16.04 |
| Уманцева | 4 В | 16.04 | Физическая культура | Равномерный бег по пересеченной 3 мин. Стартовый разгон .Бег 60 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/3afhRDBICrM  https:// youtu.be/NhAR9mqUqMM |  | Выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать   60 метров с высокого старта. | Уманцева | 4 В | 16.04 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Уманцева | 2 з | 17.04 | Физическая культура | Медленный бег.  О.Р.У. Прыжок в длину с места. Учить умению чередования ходьбы и бега (бег 40м, ходьба 60 м). | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/StH\_3V8BHXY  https:// youtu.be/nw5xNOs7FN4 |  | Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с места. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 Б | 17.04 | Физическая культура | Медленный бег.  О.Р.У. Прыжок в длину с места. Учить умению чередования ходьбы и бега (бег 40м, ходьба 60 м). | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/StH\_3V8BHXY  https:// youtu.be/nw5xNOs7FN4 |  | Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с места. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 4 В | 17.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Равномерный бег по пересеченной 4 мин. Высокий старт. Бег 30м | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/3afhRDBICrM  https:// youtu.be/NhAR9mqUqMM |  | Выполнять комплекс ОРУ; бегать   30 метров с высокого старта. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |