План уроков физической культуры на период **с 20 апреля по 25 апреля.**

**20.04**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 20.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Метание мяча на дальность. Многоскоки  с ноги на ногу. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/WkBBqrvz4Jo  https:// youtu.be/TtrQwLBXga8 |  | Выполнять комплекс ОРУ;  выполнять метание мяча на дальность. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 4 В | 20.04 | Физическая культура | Медленный бег. О.Р.У. Стартовый разгон. Бег 60 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/cZ3-5jYBtlw |  | Выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать   60 метров с высокого старта. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |

**21.04**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 21.04 | Физическая культура | Обучение равномерному бегу по пересеченной местности (3 мин). Совершенствование техники чередования ходьбы и бега (бег 40м, ходьба 60 м). | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/3afhRDBICrM |  | Выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 Б | 21.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Метание мяча на дальность. Многоскоки  с ноги на ногу. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/WkBBqrvz4Jo  https:// youtu.be/TtrQwLBXga8 |  | Выполнять комплекс ОРУ;  выполнять метание мяча на дальность. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 Г | 21.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Метание мяча на дальность. Многоскоки  с ноги на ногу. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/WkBBqrvz4Jo  https:// youtu.be/TtrQwLBXga8 |  | Выполнять комплекс ОРУ;  выполнять метание мяча на дальность. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 3 Б | 21.04 | Физическая культура | Медленный бег. О.Р.У. Стартовый разгон. Бег 60 м. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/cZ3-5jYBtlw |  | Выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать   60 метров с высокого старта. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |

**22.04**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 Б | 22.04 | Физическая культура | Обучение равномерному бегу по пересеченной местности (3 мин). Совершенствование техники чередования ходьбы и бега (бег 40м, ходьба 60 м). | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/3afhRDBICrM |  | Выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 3 Б | 22.04 | Физическая культура | Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/DDIx1mcB\_kw |  | Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места. Правила эстафеты. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 Г | 22.04 | Физическая культура | Обучение равномерному бегу по пересеченной местности (3 мин). Совершенствование техники чередования ходьбы и бега (бег 40м, ходьба 60 м). | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/3afhRDBICrM |  | Выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |

**23.04**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 Г | 23.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Многоскоки  с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/TtrQwLBXga8  https:// youtu.be/DDIx1mcB\_kw |  | Выполнять комплекс ОРУ;  выполнять прыжок в длину с разбега. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 3 Б | 23.04 | Физическая культура | Прыжок в длину (способом согнув ноги). Тройной прыжок с места. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/DDIx1mcB\_kw  https:// youtu.be/ZIMd91zQfKo |  | Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнить  тройной прыжок с места. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 4 В | 23.04 | Физическая культура | Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/DDIx1mcB\_kw |  | Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |

**24.04**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 24.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Многоскоки  с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/TtrQwLBXga8  https:// youtu.be/DDIx1mcB\_kw |  | Выполнять комплекс ОРУ;  выполнять прыжок в длину с разбега. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 2 Б | 24.04 | Физическая культура | Строевые упражнения. Многоскоки  с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/TtrQwLBXga8  https:// youtu.be/DDIx1mcB\_kw |  | Выполнять комплекс ОРУ;  выполнять прыжок в длину с разбега. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |
| Уманцева | 4 В | 24.04 | Физическая культура | Прыжок в длину (способом согнув ноги). Тройной прыжок с места. | РЭШ | Разбор теоретического материала по  ссылке https:// youtu.be/DDIx1mcB\_kw  https:// youtu.be/ZIMd91zQfKo |  | Выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнить  тройной прыжок с места. | Отжимание от пола. | WhatsApp | 89624364211 |