5 б,в класс
Учитель Бурдун Сергей Михайлович

Электронная почта: burdun74@yandex.ru; WhatsApp: +7(908)6760923

Выполненные домашние задания фотографируем и высылаем на электронную почту или WhatsApp согласно расписанию, обязательно указываем фамилию, имя.

Физическая культура

Дата	Тема урока	Алгоритм урока	Домашнее задание к текущему уроку	Материалы в помощь ученику
28.04	Кросс до 14 мин.ОРУ. Упражнения для развития выносливости.Бег с препятствиями на местности.Эстафеты.	ОРУ.Бег с высоким подниманием бедра.Бег с захлестом голени.Бег на прямых ногах(ножницы)-по2 повторения на10-15 метров.Правым,левым боком приставным шагом.	Упражнения для развития выносливости.	https://dlia-sporta.ru/glavnaia/vidy-sporta/beg-s-prepiatstviiami/
30.04	Кросс до 15 мин.ОРУ. Упражнения для развития выносливости.Бег по разному грунту.Подготовка к выполнению видов испытаний ГТО.	ОРУ.Бег с высоким подниманием бедра.Бег с захлестом голени.Бег на прямых ногах(ножницы)-по2 повторения на10-15 метров.Правым,левым боком приставным шагом.Прыжки через скакалку.	Сгибание-розгибание рук в упоре лежа(мальчики: 12-18 раз,девочки:8-12раз).Приседания от 30 раз.Прислать фотоотчет,указать количество повторений(максимум за один подход).	https://sport.wikireading.ru/29644 https://novainfo.ru/article/16460
01.05	Комплекс упражнений для оздоровительных занятий физической культурой.		Составить комплекс из 6-10 видов упражнений.	Учебник 5-7кл.параграф 3,стр.47-52.