

Маршрутный лист дистанционного обучения по физической культуре учащихся 7 класса 2019-2020 уч.г.

№ урока	Дата	Тема	Электронные образовательные ресурсы и мессенджеры	Задания по учебнику и в тетради	Форма сдачи домашнего задания/ срок выполнения
1	14.04.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в движении шагом. Равномерный бег (10 мин).	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/start/261283/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/start/261283/</a>	<u>Учебник: стр. 8-13.читать.</u> <u>Вопросы (?)</u>	Выполнить задание письменно, скриншот и фото ответа прислать на WhatsApp .до 17.04.
2	17.04.	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Преодоление препятствий.		<u>Учебник: стр. 13-20.читать.</u> <u>Вопросы (?)</u>	Выполнить задание письменно, скриншот и фото ответа прислать на WhatsApp . до 21.04.
3	21.04.	Подвижная игра «Разведчики и часовые». Развитие выносливости	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7441/start/262982/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7441/start/262982/</a>	<u>Учебник: стр. 20-25.читать.</u> <u>Вопросы (?)</u>	Опиши, как двигаются люди разных возрастов. Выполнить задание письменно, скриншот и фото ответа прислать на WhatsApp . до 24.04.

4	24.04.	Равномерный бег (13мин). ОРУ.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/262735/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/262735/</a>	<u>Учебник: стр. 25-34.читать.</u> <u>Вопросы (?)</u>	Ответить на вопросы письменно, скриншот и фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp . до 28.04.
5	28.04	Специальные беговые упражнения.		<u>Учебник: стр. 34-40.читать.</u> <u>Задание (!) стр.40.</u>	Ответить на вопросы письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp . до
6	01.05	Бег в гору. Подвижная игра «Посадка картошки».		<u>Учебник: стр. 40-42.читать.</u> <u>Задание(!)</u>	Фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .
7	05.05.	Бег в равномерном темпе (1000 м).	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/</a>	<u>Учебник: стр. 52-66.читать.</u> <u>Задание (!) стр.66.</u>	скриншот и Фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp . до 08.05.
8	08.05.	ОРУ. Специальные беговые упражнения.		<u>Учебник: стр. 67-71.читать.</u> <u>Задание (?) стр.71.</u>	Ответить на вопросы письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp . до 12.05.
9	12.05.	Развитие выносливости.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/</a>	<u>Учебник: стр. 72-75.читать.</u> <u>Вопросы (?) стр.75.</u>	Ответить на вопросы письменно, скриншот и фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp . до 15.05.
10	15.05.	Высокий старт (до 10–15 м), бег с ускорением (30–40 м).	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/start/262671/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/start/262671/</a>	<u>Учебник: стр. 77-90.читать.</u> <u>Вопросы (?) стр.90.</u>	Ответить на вопросы письменно, скриншот и фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp . до 19.05.
11	19.05.	Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения.			

