

Маршрутный лист дистанционного обучения по физической культуре учащихся 9 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	13.04.	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Бег (15 мин).		<u>Учебник: пар. № 1, вопр.4.</u>	Ответить на вопрос письменно, скриншот и фото ответа прислать на WhatsApp .до 15.04.
2	15.04.	Ведение мяча с сопротивлением. Бег (15 мин).	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3462/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3462/start/</a>	<u>Учебник: пар. № 2, вопр.3.</u>	Ответить на вопросы письменно, скриншот и фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .до 17.04.
3	17.04.	Штрафной бросок. Преодоление горизонтальных препятствий.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/start/</a>	<u>Учебник: пар. № 3.читать.вопр.2.</u>	Ответить на вопрос письменно, скриншот и фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .до 20.04.
		. Сочетание приемов ведения, передачи, броска		<u>Учебник: пар .№ 4 вопр. 1.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или

4	20.04.	с сопротивлением. ОРУ. Специальные беговые упражнения.			WhatsApp .до 22.04.
5	22.04	Спортивная игра «Лапта».		<u>Учебник: пар .№ 5. вопр. 1.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .до24.04.
6	24.04.	Бег (19 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3422/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3422/start/</a>	<u>Учебник: пар .№ 6. вопр. 1.</u>	Ответить на вопрос письменно, скриншот и фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .до 27.04.
7	27.04.	ОРУ. Специальные беговые упражнения.		<u>Учебник: пар .№ 7. вопр. 1.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .до 29.04.
8	29.04.	Развитие выносливости.		<u>Учебник: пар .№ 8. вопр. 2.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .до
9	01.05.	Бег (3 км).	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3421/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3421/start/</a>	<u>Учебник: пар .№ 9. вопр. 2.</u>	Ответить на вопрос письменно, скриншот и фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .
10	04.05.	Низкий старт (30–40 м).		<u>Учебник: пар .№ 10. вопр. 3.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .
11	06.05.	Стартовый разгон.		<u>Учебник: пар .№ 11. вопр. 2.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .
12	08.05.	Бег по дистанции (70–80 м).	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3238/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3238/start/</a>	<u>Учебник: пар .№ 12. вопр. 1.</u>	Ответить на вопрос письменно, скриншот и фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .

13	11.05.	Финиширование.		<u>Учебник: пар .№ 13. вопр. 2.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .
14	13.05.	Эстафетный бег. ОРУ.		<u>Учебник: пар .№ 14. вопр. 1.</u>	Ответить на вопрос письменно, скриншот и фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .
15	15.05.	Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств ГТО бег 60 метров.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3240/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3240/start/</a>	<u>Учебник: пар .№ 15. вопр. 1.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .
16	18.05.	Прыжок в высоту с 11–13 беговых шагов.		<u>Учебник: пар .№ 16. вопр. 1.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .
17	20.05.	Подбор разбега. Отталкивание.		<u>Учебник: пар .№ 17. вопр. 1.</u>	Ответить на вопрос письменно, фото ответа прислать на эл.почту или WhatsApp .
18	22.05.	Метание мяча (150 г) на дальность с 5–6 шагов.			

Просьба: выполнять и отправлять работы в указанную дату согласно расписанию, не откладывая на последующие дни, с целью избежать перегрузки.

Результаты выполненных работ можно отправить в виде скана, фото, скриншота на почту [zadorozhnyy\\_74 @list.ru](mailto:zadorozhnyy_74@list.ru) или WhatsApp 89186293714

Обязательно указывайте свои данные: Фамилию Имя и класс.

Учитель Задорожный Евгений Анатольевич

Заместитель директора по УВР Давыдова Елена Анатольевна

Директор Задорожная Ирина Александровна

