

Класс

Предмет

ФИО учителя

Адрес электронной почты

2 «А»

Физкультура

Балашова М.В.

balasova1960@mail.ru

| Дата   | Тема урока  | Задания для выполнения и ссылки на видео ресурсы   |
|--------|---|--|
| 08.04  | Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности с ускорениями | Выполнять бег с умеренной интенсивностью<br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/main/190878/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/main/190878/</a><br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/</a>   |
| 15.04  | Равномерный шестиминутный бег   | Выполнять равномерный бег<br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/main/190878/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/main/190878/</a>   |
| 22.04  | Передача набивного мяча (1кг) в максимальном темпе, по кругу, из различных исходных положений   | Учиться передавать набивной мяч в максимальном темпе по кругу, из разных исходных положений.<br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/</a><br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/main/169129/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/main/169129/</a> |
| 29.04  | Прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров  | Выполнять прыжки на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров<br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/main/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/main/</a>   |
| 06.05  | Прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте   | <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/train/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/train/</a><br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/control/1/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/control/1/</a>   |
| 13.05  | Прыжки по разметкам в полуприседе и приседе;запрыгивание с последующим спрыгиванием.  | <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/</a><br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/main/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/main/</a>   |
| 20.05  | Комплексы упражнений на развитие физических качеств   | <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/start/</a><br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/main/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/main/</a>   |
| 27 .05 | Комплексы упражнений на развитие физических качеств   | <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/start/</a><br><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/main/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/main/</a>   |