

## Маршрутный лист

дистанционной подготовки по \_\_\_ физическая культура \_\_\_ - \_\_\_ 5 \_\_\_

*предмет* *класс*

на период 13.04.2020г. – 30.04.2020г.

№ п/ п	Тема урока	Домашнее задание	Дата выполнения	Формы выполнения и контроля	Цифровые образовательные ресурсы, на которых учащийся может получить дополнительную информацию по теме	Форма сдачи домашнего задания/ срок выполнения
1	<p>Нападение быстрым прорывом. Учебная игра.                      Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков. Учебная игра.                      Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон.                      Нападение быстрым прорывом. Учебная игра.                      Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча в движении. Взаимодействия двух. Учебная игра.                      Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом «перешагивание»: подбор разбега и отталкивание. ТБ на занятиях лёгкой атлетикой, при выполнении прыжков в высоту.</p>	Проектная работа	3 недели	Выполнить проектную работу	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Отправить на электронную почту <a href="mailto:zavalkinm65@mail.ru">zavalkinm65@mail.ru</a>

	Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом «перешагивание»: отталкивание, переход планки, приземление.					
2	<p>Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом «перешагивание». ВФСК «ГТО»</p> <p>Метание теннисного мяча на заданное расстояние с места. П\ игры. ТБ при выполнении метания.</p> <p>Метание теннисного мяча на дальность, с 3-5 шагов разбега. П\ игры</p> <p>Метание теннисного мяча на дальность. ВФСК «ГТО»</p> <p>Бег в равномерном темпе (1000 м).</p> <p>П /игры.</p> <p>Высокий старт (до 10–15 м), бег с ускорением (30–40 м).</p> <p>Встречная эстафета. Инструктаж по ТБ.</p> <p>Высокий старт (до 10–15 м), бег с ускорением (40–50 м), бег по дистанции. Встречная эстафета. П /игры.</p>	Проектная работа	3 недели	Выполнить проектную работу	<p>Российская электронная школа</p> <p><a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>	<p>Отправить на электронную почту</p> <p><a href="mailto:zavalkinm65@mail.ru">zavalkinm65@mail.ru</a></p>
<p>СОГЛАСОВАНО</p> <p>Зам. директора по УВР МБОУ ООШ № 37</p> <p>_____ Иваненко И.В.</p>			<p>Учитель ___физической культуры_____</p> <p>(наименование дисциплины)</p> <p>_____ Завалкин М.Ю.</p> <p>тел./ватсап: 89183579007</p> <p>эл. почта: <a href="mailto:zavalkinm65@mail.ru">zavalkinm65@mail.ru</a></p>			