Ф.И.О. учителя: Мячин В.Е.

Предмет: физическая культура

Класс : 8б

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Тема | Ресурс | Домашнее задание | Форма отчета |
| план | факт |  |  |  |
|  1 | 5.05.2020 | Бег 500 м. ОРУ. Развитие выносливости. Подвижные игра «Салки». | Бег 500 м. ОРУ. Развитие выносливости. Подвижные игра «Салки». | ФЗК https://resh.edu.ru/ Раздел №5. Урок № 8 (10кл)Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> | Infourok.ru. Развитие выносливости. | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |
| 2 | 6.05.2020 | Бег со старта из различных исходных положений . Развитие скоростных способностей Передача эстафеты в тройках. Подвижные игры. | Бег со старта из различных исходных положений . Развитие скоростных способностей Передача эстафеты в тройках. Подвижные игры. | ФЗК https://resh.edu.ru/ Раздел №5. Урок №1,2, (10кл). Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> | Infourok.ru. Развитие скоростных способностей | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |
| 3 | 7.05.2020 | Челночный бег 3\*10м. Развитие скоростных и координационных способностей. | Челночный бег 3\*10м. Развитие скоростных и координационных способностей. | ФЗК https://resh.edu.ru/Раздел №5. Урок №19 (10кл) Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> | Infourok.ru Развитие скоростных и координационных способностей. | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |
| 4 | 12.05.2020 | Передача эстафеты в парах. Финиширование (2\*30м). Подвижные игры. | Передача эстафеты в парах. Финиширование (2\*30м). Подвижные игры. | ФЗК https://resh.edu.ru/ Раздел №5. Урок №1,2, (10кл). Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/>  | Infourok.ru Развитие скоростных и координационных способностей. | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. liz28ei102 do@mail.ru Электрон29ная почта, личный кабинет, платформы  |
| 5 | 13.05.2020 | Бег со старта 30 м. Развитие скоростных и координационных способностей. Подвижные игры | Бег со старта 30 м. Развитие скоростных и координационных способностей. Подвижные игры | ФЗК https://resh.edu.ru/ Раздел №5. Урок №1,2, (10кл). Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> | Infourok.ru Развитие скоростных и координационных способностей. | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |
| 6 | 14.05.2020 | Высокий старт. Передача эстафеты по кругу. Игра. | Высокий старт. Передача эстафеты по кругу. Игра. | ФЗК https://resh.edu.ru/ Раздел №5. Урок №1,2, (10кл). Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> | Infourok.ru Развитие скоростных и координационных способностей. | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |
| 7 | 19.05.2020 | Бег на результат 60 м. Развитие скорост­ных способностей. Игра «Смена сторон». | Бег на результат 60 м. Развитие скорост­ных способностей. Игра «Смена сторон». | ФЗК https://resh.edu.ru/ Раздел №5. Урок №1,2, (10кл). Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> | Infourok.ru Развитие скорост­ных способностей. | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |
| 8 | 20.05.2020 | Метание в цель с 4-5 м. Развитие скоростно-силовых качеств. | Метание в цель с 4-5 м. Развитие скоростно-силовых качеств. | ФЗК https://resh.edu.ru/ Раздел №5Урок № 10,11 (10кл) Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> | Infourok.ru Развитие скоростно-силовых качеств. | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |
| 9 | 21.05.2020 | Метание малого мяча с места на технику в парах. Игра «Зайцы в огороде». Развитие ско­ростно-силовых качеств | Метание малого мяча с места на технику в парах. Игра «Зайцы в огороде». Развитие ско­ростно-силовых качеств | ФЗК https://resh.edu.ru/ Урок №22 (6кл) Физическая культура. 6 - 7 классы: учеб. для общеобразоват. организаций/А.П. Матвеев. - 7.изд. – М. Просвещение, 2018.  | Infourok.ru Развитие скоростно-силовых качеств. | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |
| 10 | 26.05.2020 | Метание малого мяча с места на дальность. Игра «Дальние броски». Развитие скоростно-силовых качеств. | Метание малого мяча с места на дальность. Игра «Дальние броски». Развитие скоростно-силовых качеств. | ФЗК https://resh.edu.ru/ Раздел №5. Урок № 11. Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> Урок №22 (6 кл)Физическая культура. 6 - 7 классы: учеб. для общеобразоват. организаций/А.П. Матвеев. - 7.изд. – М. Просвещение, 2018. – 192 с. | Infourok.ru Развитие скоростно-силовых качеств. | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |
| 11 | 27.05.2020 | Бег из различных исходных положений специальные беговые упражнения,. Влияние легкоатлетических упраж­нений на здоровье Подвижная игра | Бег из различных исходных положений специальные беговые упражнения,. Влияние легкоатлетических упраж­нений на здоровье Подвижная игра | ФЗК https://resh.edu.ru/ Раздел №5. Урок №1,2, (10кл). Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> | Infourok.ru. Развитие выносливости. |  1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформ |
| 12 | 28.05.2020 | Челночный бег 3\*10 м, специальные беговые упражнения, раз­витие скоростных возможностей. Подвижная игра «Перестрелка» | Челночный бег 3\*10 м, специальные беговые упражнения, раз­витие скоростных возможностей. Подвижная игра «Перестрелка» | ФЗК https://resh.edu.ru/Раздел №5. Урок №19 (10кл) Лях В. И. Физическая культура, учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 237 с.<http://window.edu.ru/> | Infourok.ru. Раз­витие скоростных возможностей.  | 1.Статистические данные Школьного курса уроков «РЭШ» 2. lizei102 do@mail.ru Электронная почта, личный кабинет, платформы  |