Приложение к рабочей программе.

Программа электронного обучения с

применением дистанционных образовательных технологий.

Учитель:Макаев Сапижулла Цахаевич

Электронная почта: sapizhulakh50@mail.ru

Предмет: Физическая культура

Класс: 10

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Название раздела, темы, содержание  | Сценарий обучения с указанием вида работ (заданий для изучения) | Урок-консультация  | Интернет - ресурсы (для изучения темы) | Текущий контроль  |
|  |  | На уроке | Форма | Сроки | Ссылки | Форма  | Сроки |
| 20.04.20 | Легкая атлетика | ОРУ. Прыжки на одной и двух ногах с продвижением вперед. Прыжки со скакалкой 2 мин в максимальном темпе. Подтягивания.Упражнения на выносливость: бег на месте 20 мин.Посмотреть видеоурок «Подтягивание на высокой перекладине из виса - техника выполнения» на сайте Российская электронная школа | Предметная группа Whatsapp | Время урока по расписанию | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3715/main/225955/> <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4771/start/172437/> | Проверить знания по данной теме, вопросы-ответы группа Whatsapp | 20.04.116:00-18.0015 |
| 22.04.20 | Легкая атлетика | ОРУ. Прыжки на одной и двух ногах с продвижением вперед. Прыжки со скакалкой 1 мин 30 сек. В максимальном темпе. Упражнения на выносливость: бег на месте 15 мин.Посмотреть видеоурок «Способы двигательной(физкультурной) деятельности. Спортивные игры» на сайте Российская электронная школа | Предметная группа Whatsapp | Время урока по расписанию | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3236/start/><https://resh.edu.ru/subject/lesson/4771/start/172437/> | Проверить знания по данной теме, вопросы-ответы группа Whatsapp | 22.04.116:00-18.0015 |
| 25.04.20 | Легкая атлетика. | Упражнения по развитию гибкости: наклоны вперед, приседания: 60 раз 1 мин., прыжки с места. Ознакомиться материалом на сайте Российская электронная школа: «Упражнения на пресс» | Предметная группа Whatsapp  | Время урока по расписанию | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3235/start/>  | Проверить знания по данной теме, вопросы-ответы группа Whatsapp | 25.04.116:00-18.0015 |