

Маршрутный лист дистанционной работы по физической культуре с 13.04 по 22.05 2019-2020 уч г, 4 класс

№ п/п	Тема урока	Дата выполнения	Форма выполнения	Цифровые образовательные ресурсы, на которых учащийся может получить дополнительную информацию по теме	Домашнее задание /Форма сдачи домашнего задания/ срок выполнения
	Подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке.	14.04.2020	Тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/control/1/190671/	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/	Выполнить упражнение 20 раз. Видеоотчёт Whatsapp (прислать до 15.04.2020)
	Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях.	15.04.2020	Тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/train/226535/	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/	Подготовить рисунок. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 17.04.2020)
	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев.	17.04.2020	Тренировочные задания по теме урока	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/	Подготовить рисунок. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 21.04.2020)
	Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку.	21.04.2020	Тренировочные задания по теме урока	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/	Подготовить рисунок. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 22.04.2020)

Лазание подтягиваясь руками по гимнастической скамейке	22.04.2020	Тренировочные задания по теме урока	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/	Подготовить рисунок. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 24.04.2020)
Современные Олимпийские игры.	24.04.2020	Тренировочные задания по теме урока	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/	Учебник стр. 13-17 Написать конспект. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 27.04.2020)
Игра "Мини-футбол"	27.04.2020	Тренировочные задания по теме урока	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5748/main/190435/	Подготовить рисунок. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 28.04.2020)
Игра "Мини-баскетбол"	28.04.2020	Тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/additional/189774/ Фотоотчет Whatsapp	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/	Подготовить рисунок. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 08.05.2020)
Игра "Пионербол"	08.05.2020	Тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/additional/189774/ Фотоотчет Whatsapp	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/	Подготовить рисунок. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 12.05.2020)
Игра "Мини-гандбол"	12.05.2020	Тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/train/189772/	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/	Подготовить рисунок.

					Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 13.05.2020)
Челночный бег 3x10(сек) или бег на 30м с высокого старта.	13.05.2020	Тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/train/190664/	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/		Видеоотчёт Whatsapp (прислать до 14.05.2020)
Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами . Освоение строевых упражнений	14.05.2020	Тренировочные задания по теме урока	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/		Видеоотчёт Whatsapp (прислать до 15.05.2020)
Бег 1 км с переходом на ходьбу(мин ,сек).	15.05.2020	Тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/train/224467/ Контрольные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/control/1/224475/	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/		Подготовить рисунок. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 19.05.2020)
Прыжок в длину с места (м, см).	19.05.2020	Тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/train/226535/ Контрольные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/control/1/226543/	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/		Подготовить рисунок. Фотоотчёт Whatsapp (прислать до 20.05.2020)
Метание теннисного мяча в цель(кол-во попаданий).	20.05.2020	Тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/train/190767/ Контрольные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/control/1/190774/	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/		Видеоотчёт Whatsapp (прислать до 22.05.2020)

Подтягивание на высокой перекладине из виса(кол-во раз)или подтягивание на низкой перекладине из виса лежа (кол-во раз).	22.05.2020		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/start/226184/	
--	------------	--	---	--