Задания по физической культуре с 20.04.2020 по 30.04.2020

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Группы | Тема урока | Сайт | Домашнее задание |
| 14 ШТ  10 ГК  8 КАМ  17 ГС | 1. Совершенствование акробатических элементов на матах (кувырок вперед, кувырок назад, стойка на голове, колесо). 2. Совершенствование техники выполнения упражнений на низкой перекладине. 3. Комплекс ОРУ с гимнастическими элементами. | 1. <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/20/razdel-gimnastika-s-elementami-akrobatiki-tema> 2. <https://studfile.net/preview/3495289/page:68/> 3. <https://infourok.ru/kompleksi-oru-po-gimnastike-s-predmetami-1902908.html> | 1. Ошибки при кувырках и стойке на голове. Подводящие упражнения к кувыркам и стойке на голове. 2. Ошибки при подъёме с переворотом при махе ногами. Техника кувырка на перекладине «пистолетик». 3. Составить комплекс из 12 упражнений с гимнастическими элементами.   Отчёт по выполнению домашнего задания присылать на почту  [mkaraulov133@gmail.ru](mailto:mkaraulov133@gmail.ru) |
| 10 МСС | 1. Техника безопасности на уроке по легкой атлетике. 2. Совершенствование бега на короткие дистанции. | 1. <https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fkopilkaurokov.ru%2Ffizkultura%2Fprochee%2Ftekhnika_bezopasnosti_na_urokakh_legkoi_atletike&cc_key> 2. <https://cyberleninka.ru/article/n/sovershenstvovanie-tehniki-bega-na-korotkie-distantsii> | 1. Техника безопасности на уроке по легкой атлетике. 2. Техника бега. Что включает в себя бег на короткие дистанции.   Отчёт по выполнению домашнего задания присылать на почту [mkaraulov133@gmail.ru](mailto:mkaraulov133@gmail.ru) |
| 5 ЖКХ | 1. Техника прыжка через планку. Техника прыжка в длину с разбега. | 1. <https://studme.org/106786/meditsina/pryzhki_vysotu_razbega> | 1. Ошибки при прыжке через планку. Ошибки при прыжке в длину с разбега. Техника выполнения элементов.   Отчёт по выполнению домашнего задания присылать на почту  [mkaraulov133@gmail.ru](mailto:mkaraulov133@gmail.ru) |