Физическая культура 5 класс

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Материал к уроку | Домашнее задание | Почта учителя |
|  | Бег *(15 мин).* ОРУ. Бег в гору. Под­вижная игра «Посадка картошки». | РЭШ, физическая культура, 5 класс, <https://resh.edu.ru/subject/9/5/>урок 15 Самонаблюдение и самоконтроль | Пройти тренировочный тест; выполнять комплекс оздоровительной гимнастики из 10-12 упражнений | 5А,В.-Носков А.М.  5Б,Г-Солосина М.А. |
|  | бег *(16 мин).* ОРУ. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. | РЭШ, физическая культура, 5 класс, <https://resh.edu.ru/subject/9/5/>урок 15 Самонаблюдение и самоконтроль | Пройти тренировочный тест; выполнять комплекс оздоровительной гимнастики из 10-12 упражнений | 5А,В.-Носков А.М.  5Б,Г-Солосина М.А. |
|  | бег *(17 мин).* ОРУ. Бег под гору. Под­вижная игра «Салки маршем». | РЭШ, физическая культура, 5 класс, <https://resh.edu.ru/subject/9/5/>урок 16 Правила оформления результатов самонаблюдения и самоконтроля | Пройти тренировочный тест; выполнять комплекс оздоровительной гимнастики из 10-12 упражнений | 5А,В.-Носков А.М.  5Б,Г-Солосина М.А. |
|  | бег *(20 мин).* ОРУ. Специаль­ные беговые упражнения. Подвижная игра «Невод». | РЭШ, физическая культура, 5 класс, <https://resh.edu.ru/subject/9/5/>урок 16 Правила оформления результатов самонаблюдения и самоконтроля | Пройти тренировочный тест; выполнять комплекс оздоровительной гимнастики из 10-12 упражнений | 5А,В.-Носков А.М.  5Б,Г-Солосина М.А. |
|  | Высокий старт, бег с ускорением *(30-40м).* Встречная эстафета. Подвижная игра «Бег с флажками». | РЭШ, физическая культура, 5 класс <https://resh.edu.ru/subject/9/5/> урок 18 развитие координации движений | Пройти тренировочный тест; выполнять комплекс оздоровительной гимнастики из 10-12 упражнений | 5А,В.-Носков А.М.  5Б,Г-Солосина М.А. |
|  | Высокий старт*,* специальные беговые упражнения, Круговая эстафета. Подвижная игра «Бег с флажками». | РЭШ, физическая культура, 5 класс <https://resh.edu.ru/subject/9/5/> урок 18 развитие координации движений | Пройти тренировочный тест; выполнять комплекс оздоровительной гимнастики из 10-12 упражнений | 5А,В.-Носков А.М.  5Б,Г-Солосина М.А. |