Физическая культура 6 класс

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Материал к уроку | Домашнее задание | Почта учителя |
|  | Бег *(10 мин).* ОРУ. Преодоление пре­пятствий. Подвижная игра «Разведчики и ча­совые». | РЭШ, физическая культура, 6 класс, урок 5 Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств | Пройти тренировочный тест; уметь составить и выполнить комплекс из 10-12 упражнений |  |
|  | Бег *(12 мин).* ОРУ. Преодоление пре­пятствий. Подвижная игра «Разведчики и ча­совые». | РЭШ, физическая культура, 6 класс, урок 11 Упражнения для профилактики нарушения зрения | Пройти тренировочный тест; выполнять комплекс профилактических упражнений |  |
|  | Бег *(13 мин).* ОРУ. Специаль­ные беговые упражнения. Бег в гору. Под­вижная игра «Посадка картошки». | РЭШ, физическая культура, 6 класс, урок 12 Упражнения для профилактики нарушения осанки | Пройти тренировочный тест; выполнять комплекс профилактических упражнений |  |
|  | Бег *(15 мин).* ОРУ. Бег в гору. Под­вижная игра «Посадка картошки». | РЭШ, физическая культура, 6 класс, урок 31 Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность | Пройти тренировочный тест; выполнять комплекс профилактических упражнений |  |