Физическая культура 8 класс

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Материал к уроку | Домашнее задание | Почта учителя |
|  | Совершенствование специальных беговых уп­ражнений. | РЭШ, физическая культура, 8 класс, https://resh.edu.ru/subject/9/8/ урок 7 Оценка эффективности занятий физической культурой | Пройти тренировочный тест; выполнить комплекс упражнений для самостоятельных занятий | Носков А.М. |
|  | Бег (19 мин). Преодоление препятст­вий прыжком. ОРУ. Специальные беговые упраж­нения. Спортивная игра «Лапта». | РЭШ, физическая культура, 8 класс, <https://resh.edu.ru/subject/9/8/> урок 8 Физической совершенствование | Пройти тренировочный тест; выполнить комплекс упражнений для самостоятельных занятий | Носков А.М. |
|  | Совершенствование раннее изученных элементов | РЭШ, физическая культура, 8 класс, <https://resh.edu.ru/subject/9/8/> урок 8 Физической совершенствование | Пройти тренировочный тест; выполнить комплекс упражнений для самостоятельных занятий | Носков А.М. |
|  | Бег (3км). ОРУ. Специаль­ные беговые упражнения | РЭШ, физическая культура, 8 класс, <https://resh.edu.ru/subject/9/8/> урок 9 Физкультурно-оздоровительная деятельность | Пройти тренировочный тест; выполнить комплекс упражнений для самостоятельных занятий | Носков А.М. |
|  | Высокий старт. Стартовый разгон. Бег 60 м. Встречные эстафеты. Спе­циальные беговые упражнения. ОРУ. Челночный бег | РЭШ, физическая культура, 8 класс, <https://resh.edu.ru/subject/9/8/> урок 10 Спортивно-оздоровительная деятельность | Пройти тренировочный тест; выполнить комплекс упражнений для самостоятельных занятий | Носков А.М. |
|  | Высокий старт. Бег 60. Встречные эстафеты. Специальные беговые упраж­нения. ОРУ. Челночный бег. | РЭШ, физическая культура, 8 класс, <https://resh.edu.ru/subject/9/8/> урок 10 Спортивно-оздоровительная деятельность | Пройти тренировочный тест; выполнить комплекс упражнений для самостоятельных занятий | Носков А.М. |