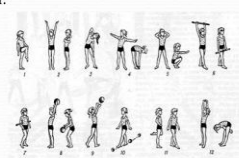


ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСТАНЦИОННОГО УРОКА

Класс	5
Предмет	физкультура
Тема урока	Беговые упражнения. Бег 100 метров.
Тип урока (изучение новой темы, контроль, повторение и т.д.)	повторение
Организационные элементы урока	
<p>Информационные обучающие материалы.</p> <ul style="list-style-type: none"> • учебные книги (твердые копии на бумажных носителях и (или) электронный вариант учебников, учебно-методических пособий, справочников и т.д.); • компьютерные обучающие системы в обычном и мультимедийном вариантах; • аудио- и видео учебно-информационные материалы (длительностью 5-7 минут); • лабораторные дистанционные практикумы. 	<p>Посмотреть</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=DrX7UFksmVQ</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=zZ4TbX46XXQ</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=gcELydrzREY</p> <p>Выполнить</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; background-color: #f9f9f9;"> <p style="text-align: center;">Комплексы упражнений для мальчиков и девочек 5- 6 классов.</p> <p style="text-align: center;">Комплекс 3 (с мячом).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Потягивание, руки вверх, прогнуться. 2.Подбрасывание мяча вверх и ловля его сначала обеими руками, затем попеременно правой и левой рукой. 3.Наклоны вперед с передачей мяча между ногами, стоящими на ширине плеч, восьмеркой, из руки в руку 4.Перебрасывание мяча из одной руки в другую перед собой. 5.Подбрасывание и ловля мяча с глубоким приседанием одной и другой рукой. 6.Наклоны в стороны с выпусанием и ловлей мяча. 7.Махи ногами с перекладыванием мяча под коленом из руки в руку. 8.Удар мяча о пол, поворот кругом и ловля мяча. 9.Прыжки с ударами мяча о пол. 10.Ходьба.  </div>
Домашнее задание	Без домашнего задания
Способ обратной связи при проверке домашнего задания (АИС «Сетевой город», электронная почта, мессенджеры (ватсап whatsapp, вайбер viber)	Сетевой город , почта fizkultura_gs2@mail.ru
Срок исполнения: Домашнее задание должно быть выполнено к следующему уроку	