7б класс
Учитель Бурдун Сергей Михайлович

Электронная почта: burdun74@yandex.ru; WhatsApp: +7(908)6760923

Выполненные домашние задания фотографируем и высылаем на электронную почту или WhatsApp согласно расписанию, обязательно указываем фамилию, имя.

Физическая культура

Дата	Тема урока	Алгоритм урока	Домашнее задание к текущему уроку	Материалы в помощь ученику
11.05	Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении системы дыхания и кровообращения, при близорукости).	ОРУ. Бег с высоким подниманием бедра. Бег с захлестом голени. Бег на прямых ногах(ножницы)-по2 повторения на10-15 метров. Правым, левым боком приставным шагом.	Составить комплекс упражнений при нарушении при нарушении системы дыхания и кровообращения, при близорукости.	Учеб. 5-7 кл. Пар. 2, стр 34-40.
13.05	Высокий старт до 30-40 м, бег с ускорением 40-60 м. Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения.	ОРУ. Бег с высоким подниманием бедра. Бег с захлестом голени. Бег на прямых ногах(ножницы)-по2 повторения на10-15 метров. Правым, левым боком приставным шагом. Прыжки через скакалку.	Прыжок в длину с места.	https://marathonec.ru/complex-sbu/
16.05	Высокий старт до 30-40, бег с ускорением 40-60 м., бег по дистанции до 60 м. Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения.	ОРУ. Бег с высоким подниманием бедра. Бег с захлестом голени. Бег на прямых ногах(ножницы)-по2 повторения на10-15 метров. Правым, левым боком приставным шагом. Прыжки через скакалку.	Прыжок в длину с места. Фотоотчет с результатом.	https://zen.yandex.ru/media/training365/specialnye-begovye-upraj neniia-vidy-tehnika-video-5e95a935be5bae634e209d43