

**Маршрутный лист дистанционного обучения интенсива
«Здоровым будь – успешным станешь»
в 11 «Б» классе
Учитель ВАСИЛЬЕВА ЕЛЕНА ИВАНОВНА
Электронная почта: lenna_1969@mail.ru; WhatsApp: 8(918)373 32 42**

Апрель - май 2020

№ п/п	Тема занятия	Интернет- ресурсы	Задания	Дата занятия
1	ЗОЖ не выходя из дома. Утренняя зарядка. Укрепляем организм.	https://youtu.be/FRSNT5YVaJc	1. Посмотри видеоролик https://youtu.be/FRSNT5YVaJc 2. Выполни разминку, представленную в видеоролике 3. Поделись впечатлениями в классной группе WhatsApp	15.04
2	ЗОЖ не выходя из дома. Мой необычный завтрак. Важные витамины.	Проведение он-лайн занятия по Skype	1. Пришли фото своего необычного завтрака. 2. Посчитай калории. 3. Поделись рецептом в группе WhatsApp	22.04
3	ЗОЖ не выходя из дома. Гимнастика для глаз или чем опасен компьютер?	https://youtu.be/Dao5MB6euNk	1. Посмотри видеоролик https://youtu.be/Dao5MB6euNk 2. Приведи примеры упражнений для глаз, когда ты делаешь домашнее задание и долго находишься за компьютером	23.04
4	Дистанционный классный час. Тема: «ЗОЖ не выходя из дома. Режим сна и отдыха».	Беседа по WhatsApp	Напиши эссе – мнение о важности режима сна и отдыха	28.04
5	ЗОЖ и Instagram (или Беседа по WhatsApp)	Работа в Instagram (или Беседа по WhatsApp)	Подпишись на аккаунт известного спортсмена России в Instagram. Ответь на вопросы в общей группе класса: 1. Почему именно он или она? 2. Сколько подписчиков (фанатов) у этого человека? 3. Почему он или она так интересен для	04.05

			<p>современной молодежи? Если у тебя нет профиля в Instagram – сделай PPT презентацию, ответив на те же вопросы. Поделись по WhatsApp</p>	
6	<p>ЗОЖ и Instagram. Полезные дела по дому в помощь родителям.</p>	<p>Работа в Instagram (или Беседа по WhatsApp)</p>	<p>Выложи фото, где ты занят полезным делом по дому или в саду дома. Выложи фото на своей странице в Instagram или поделись фото по WhatsApp.</p>	06.05
7	<p>О пользе воды в период нахождения дома.</p>	<p>https://youtu.be/8Ygip25_czU</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Посмотри видеоролик https://youtu.be/8Ygip25_czU 2. Подсчитай – сколько воды в день должен выпивать ты, чтобы хорошо чувствовать себя 3. Напиши свой результат за день в общей классной группе (сколько литров воды удалось выпить тебе) 	13.05
8	<p>Дистанционный классный час. Тема: «Сохранить здоровье – это просто. Как не простудиться и не заболеть опасным вирусом»</p>	<p>Проведение он-лайн занятия по Skype</p>	<p>Поделись своим мнением в группе WhatsApp.</p>	20.05