**Физическая культура 10 классы**

*Учитель: Пушнякова Ирина Павловна*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема урока | Домашнее задание\*\* |
| **1** | 05.10.2020 – 09.10.2020.  Прыжок в длину с разбега (разбег, отталкивание, полет, приземление)  Выполнение комплекса физических упражнений  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=z-2hrzmg8DA>  <https://youtu.be/RIQwwa6J9DM> | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам и прочитать.** 2. **Выполнять комплекс упражнений по видео ролику (отправить фотоотчёт выполнения упражнения, коллаж)** |
| **2** | 12.10.2020 – 16.10.2020  Прыжок в длину с разбега в целом  Выполнение комплекса физических упражнений  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=bfFW_a_Ujj0>  <https://youtu.be/6E0hZ4W2F6c> | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам и прочитать.** 2. **Выполнять комплекс упражнений по видео ролику (отправить фотоотчёт выполнения упражнения, коллаж)** |
| **3** | 19.10.2020 – 23.10.2020.  Метание малого мяча  Выполнение комплекса физических упражнений  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=AqaT_C7THGM>  <https://youtu.be/e0nkku3B8cw> | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам и прочитать.** 2. **Выполнять комплекс упражнений по видео ролику (отправить фотоотчёт выполнения упражнения, коллаж)** |
| **4** | 26.10.2020 – 30.10.2020.  Метание малого мяча.  Выполнение комплекса физических упражнений  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=3fUt_9W42sU>  <https://youtu.be/pCtamEMdhlQ> | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам и прочитать.** 2. **Выполнять комплекс упражнений по видео ролику (отправить фотоотчёт выполнения упражнения, коллаж)** |