Физкультура 3а

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Дата | Тема | Задание по учебнику | Текущий контроль |
| 15.05 | Прыжковая подготовка. Многоскоки. | Многоскоки. Упражнения на развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Эстафеты с прыжками. | Обучающее видео (история, техника и правила выполнения)  <https://www.youtube.com/watch?v=4fg8O2zPkxY> |
| 18.05 | Метание малого мяча. | Метание малого мяча. Эстафеты с мячом. Игры на развитие силы и координации. | Обучение технике метания малого мяча с места в вертикальную цель  <https://www.youtube.com/watch?v=WkBBqrvz4Jo> |
| 22.05 | Эстафеты с мячом. Игры на развитие силы и координации. |  | Комплекс общеразвивающих упражнений  <https://www.youtube.com/watch?v=pLT1ZiVBaK0> |