ПЛАН

дистанційного навчання з фізкультури у 5-А класі з 26.01. по 06.02.2022 року.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № з/п | Дата проведення уроку | Тема уроку | Ресурс | Домашнє завдання | Примітка |
| 1 | 26.01 | Волейбол. Способи пересування гравців ігровим майданчиком. Передача м’яча двома руками зверху біля стіни з відстані не меншу 1 метра. | Перегляд відео у viber | Біг у повільному темпі |  |
| 2 | 27.01 | Волейбол. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового поясу. Прийом м’яча обома руками знизу від стіни. | Перегляд відео viber | Вправи для запобігання плоскостопості |  |
| 3 | 01.02 | Волейбол. Способи пересування гравців ігровим майданчиком. Прийом м’яча обома руками знизу від стіни. | Перегляд відео viber | Ходьба у повільному темпі |  |
| 4 | 02.02 | Волейбол. Способи пересування гравців ігровим майданчиком. Прийом м’яча обома руками знизу від стіни. | Перегляд відео viber | Ходьба у повільному темпі. |  |
| 5 | 03.02 | Волейбол. Передача м’яча обома руками зверху від стіни. Нижня пряма подача. | Перегляд відео viber | Вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового поясу. |  |

Вчитель фізкультури М. Л. Зеленюк