ПЛАН

дистанційного навчання з фізкультури у 5-А класі з 25.05 по 03.06.2022 року.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № з/п | Дата проведення уроку | Тема уроку | Ресурс | Домашнє завдання | Примітка |
| 1. | 25.05 | Дитячо-юнацький та професіональний футбол в Україні. Стрибки з імітуванням удару головою. Удари по м'ячу ногою у русі. | Перегляд відео | Вправи для формування постави |  |
| 2. | 26.05 | Жонглювання м'ячем но­гою, стегном, головою. Удари головою по м'ячу зменшеної ваги середньою частиною ло­ба. | Перегляд відео | Вправи для запобігання плоскостопості |  |
| 3. | 31.05 | Елемен­ти гри воротаря: кидки м'яча рукою. | Перегляд відео | Вправи для відновлення дихання |  |
| 4 | 01.06 | Удари по м'ячу ногою на точність. Укидання м'яча з різних вихідних положень. Елементи гри воротаря: ловіння, відбивання, переведення м'яча без падіння. Вибір позиції у захисті. | Перегляд відео | Вправи для фор­мування постави |  |
| 5 | 02.06 | Жонглювання м'ячем ногою, стегном, головою. Уміння взаємодіяти в обороні при рівному співвідношенні сил із суперником. **Тематична з легкої атлетики.** | Перегляд відео | Комплекс ЗРВ 10-15 вправ. |  |

Вчитель фізкультури М. Л. Зеленюк