**План дистанційного навчання**

**здобувачів освіти 10 - Б класу з фізичної культури**

**на період призупинення навчання з 01.11.2021 по 05.11.2021**

**вчителя фізичної культури Гонта О.В.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *№ з/п* | *Дата прове- дення* | *Тема уроку* | *Основний веб-ресурс, де розміщена інформація* | *Посилання на веб-ресурси, портали.* |
| 1. | 03.11.21 | Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Діставання підвішеного м’яча головою та ногою у стрибку з місця. Удари по м’ячу ногою на точність. Зупинки м’яча у різний спосіб. Індивідуальні дії у нападі. Гра на координацію рухів. | Сайт школи <https://ozhenin2.e-schools.info>, група у Viber  classroom | <https://www.youtube.com/watch?v=DeKliLsY1kc>  <https://www.youtube.com/watch?v=cKW1UZPJ-uY> |
| 2 | 04.11.21 | Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Стрибки з місця та з розбігу з ударами головою по м’ячах, що підвішені на різній висоті. Укидання м’яча на точність і дальність. Індивідуальні дії у захисті. Навчальна гра у зменшених за чисельністю складах. Вправи для збільшення еластичності м’язів. Підбиття підсумків вивчення модуля «Футбол» **Тематичне оцінювання.** | Сайт школи <https://ozhenin2.e-schools.info>, група у Viber  classroom | <https://www.youtube.com/watch?v=DeKliLsY1kc>  <https://www.youtube.com/watch?v=cKW1UZPJ-uY>  <https://www.youtube.com/watch?v=5Z3Bbq1HJLE> |
| 3 | 05.11.21 | **Баскетбол.** Правила техніки безпеки на уроках з баскетболу. Різновиди ходьби, бігу; стійки, пересування, зупинки, повороти. ЗРВ в русі. Ловля і передача м’яча в парах, трійках, четвірках на місці і в русі; ведення м’яча; кидок м’яча в кошик після ведення та подвійного кроку; штрафні кидки. Навчальна гра 3х3. | Сайт школи <https://ozhenin2.e-schools.info>, група у Viber  classroom | <https://www.youtube.com/watch?v=DeKliLsY1kc>  <https://www.youtube.com/watch?v=lhwkNG4jc0I> |