**План дистанційного навчання**

**здобувачів освіти 5-Б класу з фізичної культури**

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

**вчителя фізичної культури Гонти О.В**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № з/п | Дата прове- дення | Тема уроку | Основний веб-ресурс, де розміщена інформація | Посилання на веб-ресурси, портали/ |
| 1 | 03.11.2021 | **Баскетбол**  **Правила безпечної поведінки під час вивчення баскетболу**. Поняття фізичного розвитку та фізичної підготовленості. Різнови­ди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Стійки баскетболіста. Кидки м'яча з місця обома рука­ми від грудей. Рухлива гра «Боротьба за м'яч». | Сайт школи<https://ozhenin2.e-schools.info>,  група у Viber  classroom | https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DGt7mPS1r5JY%26fbclid%3DIwAR3n6Aay5EWFv5nDU1SdHXWDRxkm6uOcakrYTl8zt8a22AIfNIRsM6c8J\_4&h=AT0KBMkYl6YtWxU-0xcHype9na5yEi6gVykoAHwuAtbvS2PmFylAm1cSOzx\_OSBvNDBWHe52Yde2-ArBmNgN3XZNJS18YqPvJILUo6tuEWJkcCeaxGGqSgIzjKHXHnga89Y |
| 2 | 04.11.2021 | Історія розвитку баскетболу. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Прискорення на 5 м із різних стартових положень за зоровим і звуковим сигналами. Стійки баскетбо­ліста. Способи пересувань у нападі та захисті. Кидки м'яча з місця обома руками від гру­дей. Вправи для відновлення дихання | Сайт школи <https://ozhenin2.e-schools.info>, група у Viber  classroom | https://www.youtube.com/watch?v=Ib7Ifj1FUDw |
| 3 | 05.11.2021 | Основні правила гри. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. «Човниковий» біг 4 х 5 м. Способи пересувань у нападі та захисті. Зупинки стрибком. Ловіння та передачі м'яча на місці обома руками від грудей. Кидки м'яча з місця обома руками від грудей. Вправи на формування постави | Сайт школи <https://ozhenin2.e-schools.info>, група у Viber  classroom | https://www.youtube.com/watch?v=TMhp5kIxXiA |