7 класс физическая культура

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Предмет** | **Тема урока** | **Д/з** | **e-mail** |
| 20.04 | Физ. культура | Легкая атлетика. Прыжок в длину. Разучить с помощью видео прыжковые упражнения.  <https://www.youtube.com/watch?time_continue=123&v=1KYeD0Sj9dM&feature=emb_logo>  Разучить подготовительные упражнения для бега; | **Развитие выносливости в домашних условиях**. Упражнения со скакалкой №1.  1 минута на скакалке - ноги вместе, 1 минута перерыв, 1 минута на скакалке - ноги вместе, 1 минута перерыв, 1 минута на скакалке - ноги вместе, 1 минута - прыжки со сменой ног, бег на месте 1 минута | [sedyh-1969@mail.ru](mailto:sedyh-1969@mail.ru) |
| 24.04 | Физ. культура | Страницы истории. Просмотреть презентацию. Ответить на 3 вопроса. Фото ответов выслать на почту.  <https://ppt4web.ru/prezentacii-po-fizkulture/iz-istorii-fizicheskojj-kultury.html>  Прыжковые упражнения со скакалкой за 1 мин. | **Развитие выносливости в домашних условиях**. Упражнения со скакалкой №1. | [sedyh-1969@mail.ru](mailto:sedyh-1969@mail.ru) |