Прохождение программы по физической культуре в1 классе

в период реализации обучения с использованием дистанционных технологий

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Предмет | Тема | Рекомендации, задания | Форма отчёта | Сроки сдачи работы |
| 20.04.2020 | физическая культура | Переворот назад и вперёд на перекладине | Выполнять общеразвивающие упражнения.(ОУ), подъём туловища из положения лёжа. Прыгать на скакалке. |  |  |
| 22.04.2020 |  | Подтягивание на низкой перекладине. | Выполнять(ОУ),отжимание от стула,бег, прыжки на скакалке, строевые упражнения. |  |  |
| 24.04.2020 |  | Прохождение полосы препятствий | Выполнять(ОУ), бег, прыжки на скакалке, строевые упражнения |  |  |