Прохождение программы по предмету

**Физическая культура.**

в период реализации обучения с использованием дистанционных технологий

11 класс.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Предмет | Тема | Рекомендации, задание | Форма отчета | Срок сдачи работы |
| 12.05.2020 | Физическая культура. | « Кроссовая подготовка.» Бег 3000м (ю),2000м (д). | Д/З. Сгибание разгибание рук в упоре.  (10-15 раз ). Фотоотчет по желанию. | Фото ответов в тетради  на электронную почту olesya.sirovezhko@yandex.ru  , |  |
| 14.05.2020 | Физическая культура. | «Кроссовая подготовка.» Эстафеты, старты , из различных положений, бег с ускорением. | Д/З .Сгибание разгибание рук в упоре.  (10-15 раз ). Фотоотчет по желанию. | Фото ответов в тетради  на электронную почту olesya.sirovezhko@yandex.ru  , |  |
| 16.05.2020 | Физическая культура. | «Кроссовая подготовка.» Эстафеты, старты , из различных положений, бег с ускорением. | Д/З. Сгибание разгибание рук в упоре.  (10-15 раз ). Фотоотчет по желанию. | Фото ответов в тетради  на электронную почту olesya.sirovezhko@yandex.ru  , |  |