



АКТИВНЫЕ ПЕРЕМЕНЫ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ

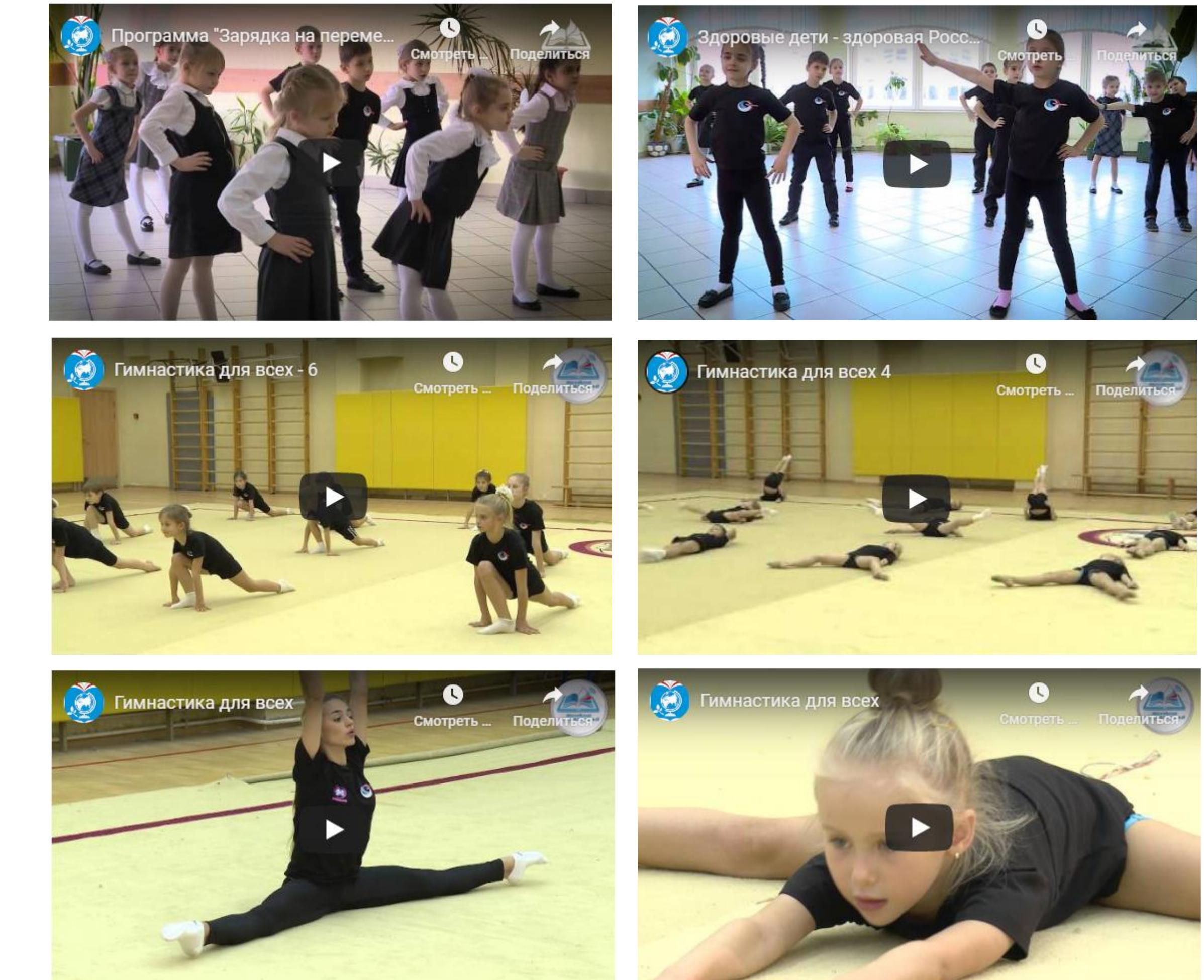


ГОРОДСКОЙ
МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР

МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ ИРИНЫ ВИНЕР

Гимнастика для всех

Физкультминутки,
общеразвивающие и гимнастические
упражнения для дошкольников
и младших школьников

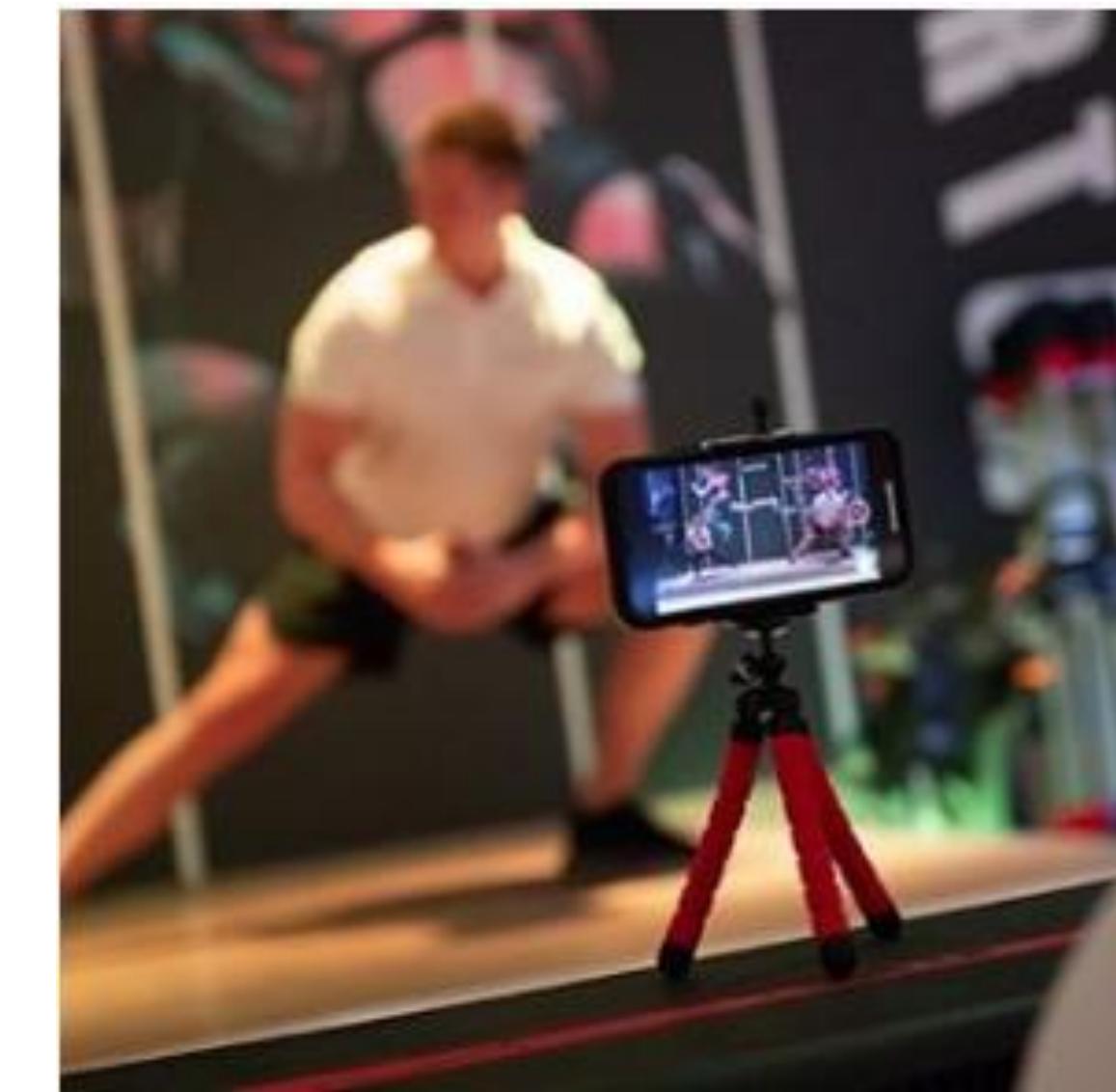
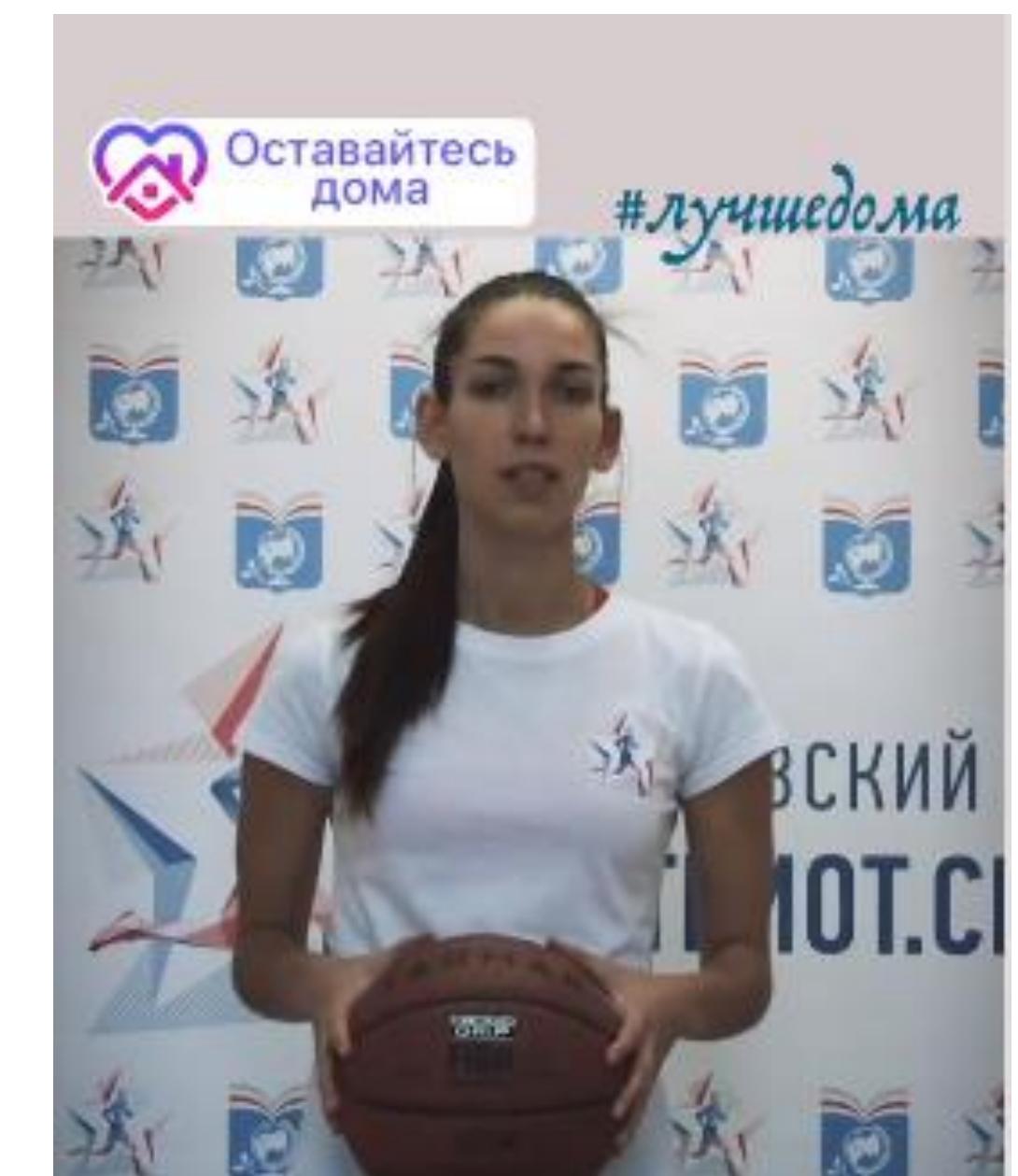
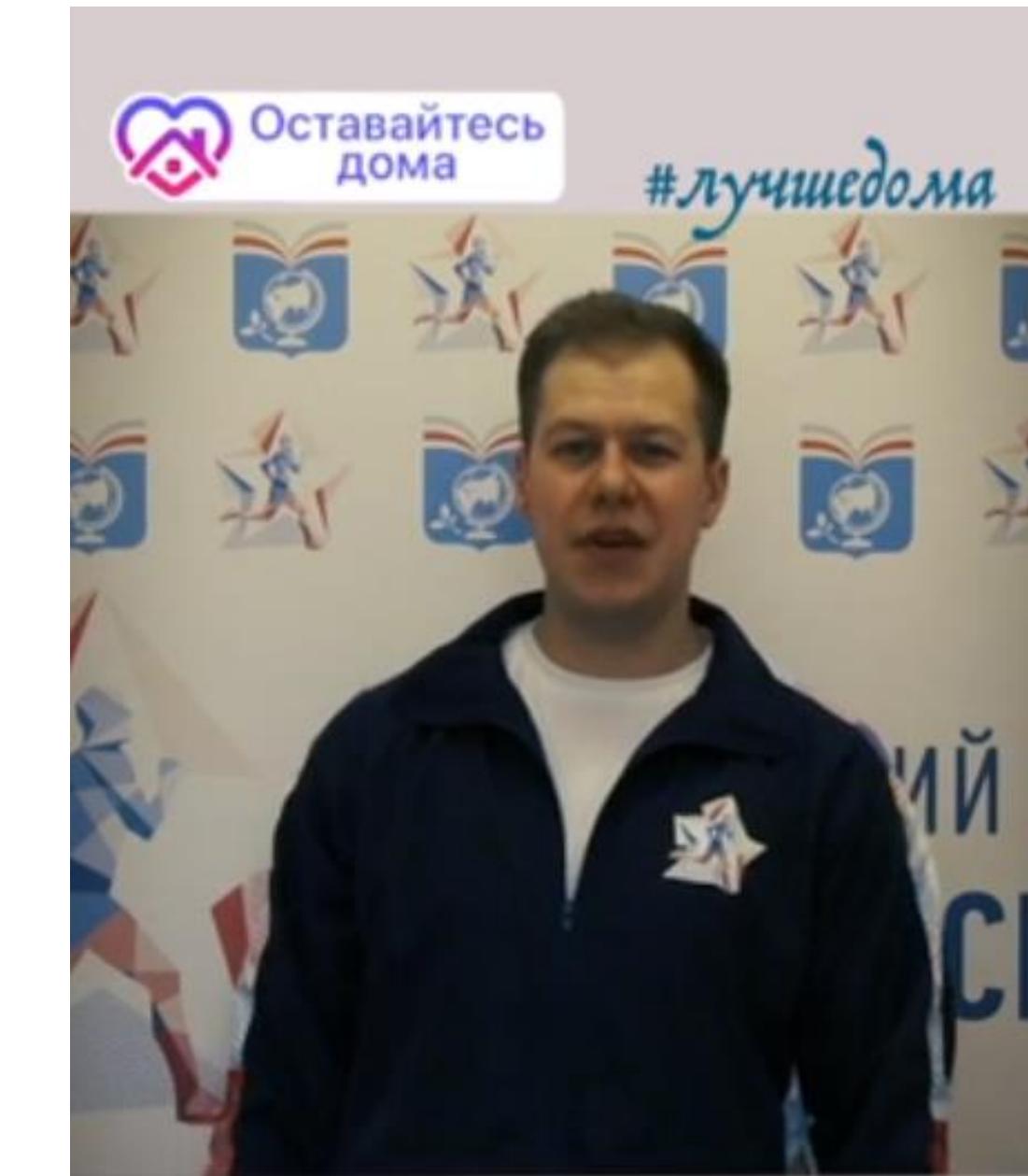




ГОРОДСКОЙ
МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР

ЗДОРОВЫЕ КАНИКУЛЫ

Онлайн-тренировки с тренерами
Центра патриотического
воспитания и школьного спорта.
Присоединиться к тренировкам
можно в социальных сетях:
«Инстаграм», «ВКонтакте» и
«Фейсбук»





БОЛЬШЕ, ЧЕМ УРОК!

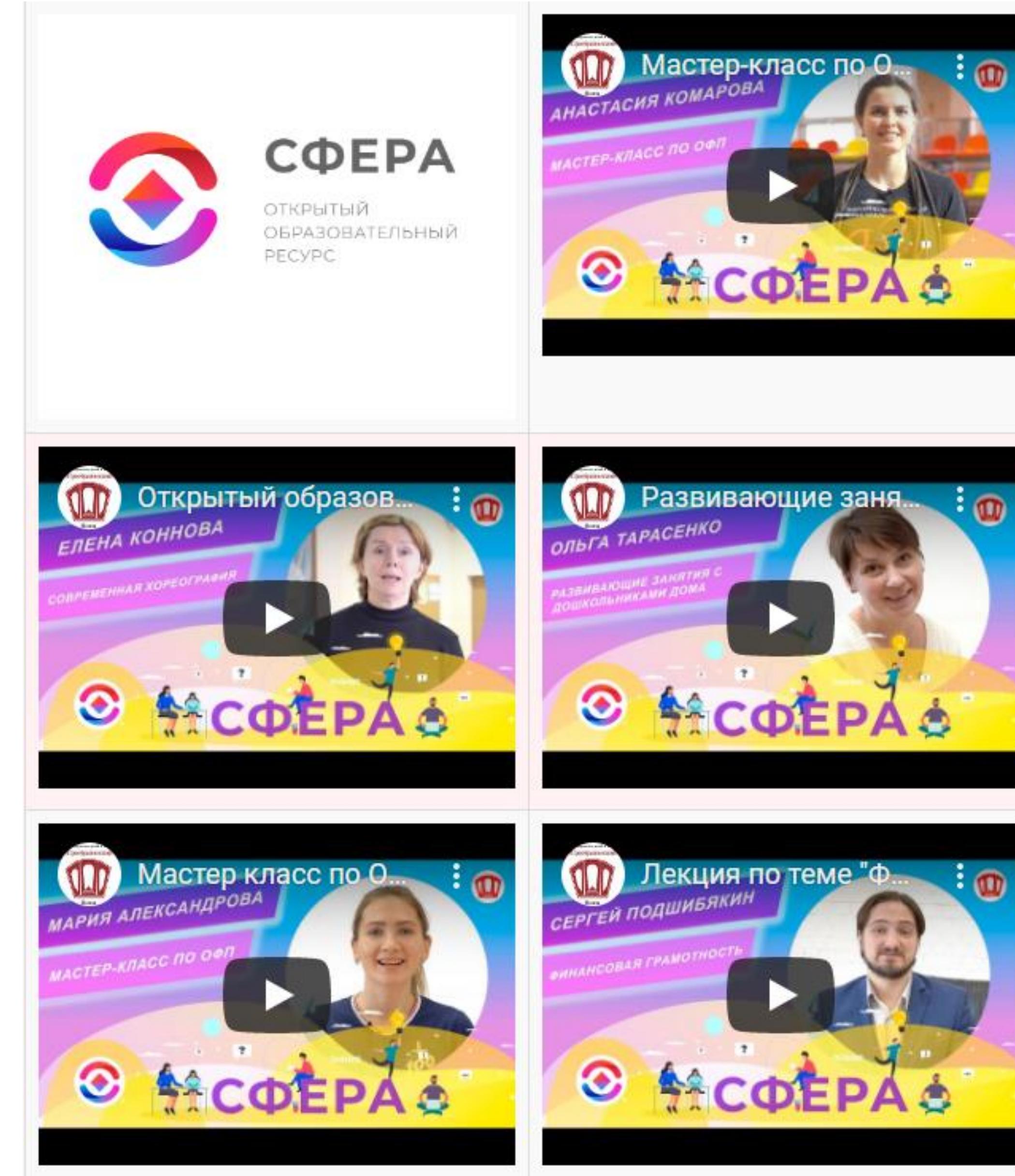
Комплексы физических упражнений для детей с ограниченными возможностями здоровья, а также видеолекции на различные темы по предмету «Физическая культура»





ОТКРЫТЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ РЕСУРС СФЕРА

Развивающие занятия с
дошкольниками, комплексы
упражнений общефизической
подготовки, мастер-классы от
преподавателей ГБОУ ДТДиМ
«Преображенский»





МОСКОВСКАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ ШКОЛА

Собрание электронных
материалов по учебному
предмету «Физическая
культура»:

- Видео
- Тесты
- Интерактивы
- Сценарии уроков

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА



V-step
одобрен

Видео 000

Vstep.mp4

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА



Curl
одобрен

Видео 000

Curl.mp4

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА



Кnee up
одобрен

Видео 000

KneeUp.mp4

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА



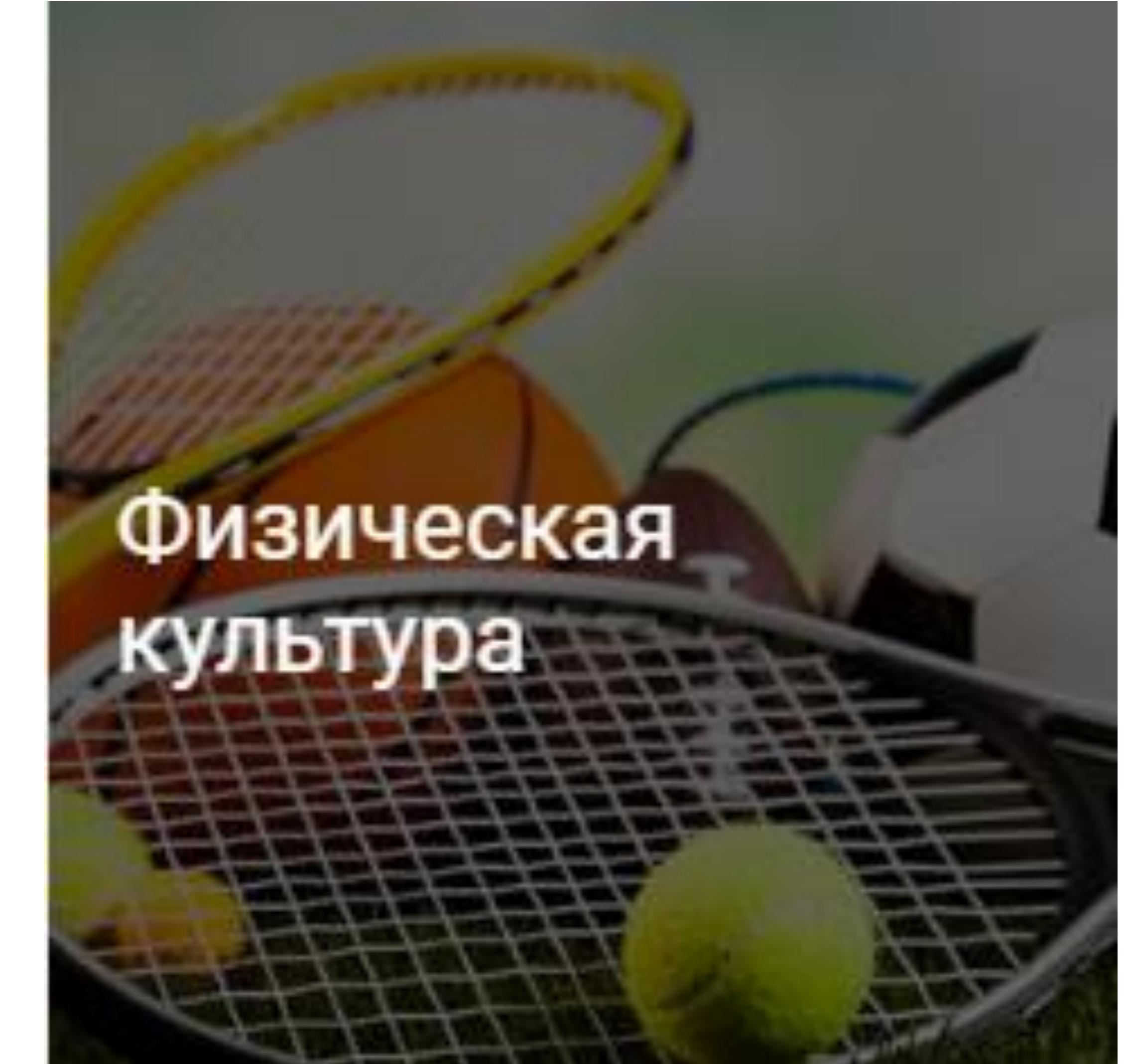
Open-Step
одобрен

Видео 000

OpenStep.mp4

РОССИЙСКАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ ШКОЛА

Видеокурсы, тестовые задания,
материалы для самостоятельного
изучения по предмету
«Физическая культура».





ГТО ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ

Вся информация о
Всероссийском физкультурно-
спортивном комплексе
«Готов к труду и обороне».

ГТО

НОВОСТИ КАК ВЫПОЛНЯТЬ НОРМАТИВЫ ИСТОРИЯ ДОКУМЕНТЫ МЕДИАГАЛЕРЕЯ ПОСЛЫ ГТО КОНТАКТЫ ВОПРОС-ОТВЕТ ПАРТНЕРЫ

Горячая линия комплекса ГТО 8 800 350-00-00 Войти в личный кабинет Регистрация

ПРОВЕРЬ СВОЙ ЗНАК ОТЛИЧИЯ!

ЧТО Я ДОЛЖЕН УМЕТЬ

Бег на короткие дистанции Смотреть ... Поделиться

Бег на длинные дистанции Смотреть ... Поделиться

БЕГ НА 30, 60, 100 МЕТРОВ

Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твёрдым покрытием. Участники стартуют по 2-4 человека.

БЕГ НА 1000, 1500, 2000, 3000 МЕТРОВ

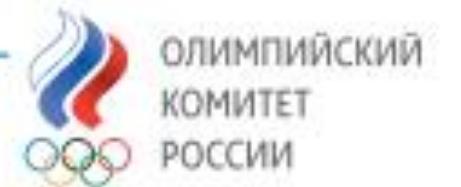
Бег на выносливость проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Испытание выполняется из положения высокого старта. Максимальное количество участников в одном забеге на дистанцию 1 000 – 2 000 метров составляет не более 15 человек, 3 000 метров – не более 20 человек.

Онлайн-регистрация

дистанционные курсы повышения квалификации

ТВОЙ ОЛИМПИЙСКИЙ УЧЕБНИК

История олимпийского
движения, сочетающая в себе
все преимущества спорта,
культуры и образования.
Рассказы о выдающихся
достижениях советских и
российских атлетов.



ТВОЙ ОЛИМПИЙСКИЙ УЧЕБНИК

Citius! Altius! Fortius!

27-е издание,
переработанное
и дополненное.
Рекомендовано
Олимпийским
комитетом России
в качестве
учебного пособия
для олимпийского
образования



Издательство
«Спорт»
Москва
2019



ГОРОДСКОЙ
МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР

ДИСТАНЦИОННЫЕ КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Москва, ул. Воронцовская 6а, стр.1
+7 495 912-63-37
learn.mosmetod.ru

