

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
НА ПЕРИОД КАРАНТИНА ПО КОРОНАВИРУСУ (с 11.05.2020 до 29.05.2020)**

по предмету: Физическая культура 10 класс

Дата	Тема	ЭОР (ссылка)	Текущий контроль		Консультации	
			Форма	Сроки	Форма	Сроки
11.05	Раздел: Легкая атлетика. ОФП. Круговая тренировка В каждую серию добавляем приседания с нагрузкой по 5-10 раз (можно использовать пластиковые бутылки с водой различной емкости).	На платформе Сетевого города	Сетевой город фото отчет	Раз в неделю	Сетевой город	По необходимости
13.05	Раздел: Легкая атлетика. ОФП. Круговая тренировка В каждую серию добавляем приседания с нагрузкой по 5-10 раз (можно использовать пластиковые бутылки с водой различной емкости).	На платформе Сетевого города	Сетевой город фото отчет	Раз в неделю	Сетевой город	По необходимости
15.05	Раздел: Легкая атлетика. ОФП. Круговая тренировка В каждую серию добавляем приседания с нагрузкой по 5-10 раз (можно использовать пластиковые бутылки с водой различной емкости).	На платформе Сетевого города	Сетевой город фото отчет	Раз в неделю	Сетевой город	По необходимости
18.05	Раздел: Легкая атлетика. ОФП. Круговая тренировка В каждую серию добавляем приседания с нагрузкой по 5-10 раз (можно использовать пластиковые бутылки с водой различной емкости).	На платформе Сетевого города	Сетевой город фото отчет	Раз в неделю	Сетевой город	По необходимости
20.05	Раздел: Легкая атлетика. ОФП. Круговая тренировка В каждую серию добавляем приседания с нагрузкой по 5-10 раз (можно использовать пластиковые бутылки с водой различной емкости).	На платформе Сетевого города	Сетевой город фото отчет	Раз в неделю	Сетевой город	По необходимости
22.05	Раздел: Легкая атлетика. ОФП. Круговая тренировка	На платформе Сетевого города	Сетевой город фото отчет	Раз в неделю	Сетевой город	По необходимости

	В каждую серию добавляем приседания с нагрузкой по 5-10 раз (можно использовать пластиковые бутылки с водой различной емкости).					
25.05	Раздел: Легкая атлетика. ОФП. Круговая тренировка В каждую серию добавляем приседания с нагрузкой по 5-10 раз (можно использовать пластиковые бутылки с водой различной емкости).	На платформе Сетевого города	Сетевой город фото отчет	Раз в неделю	Сетевой город	По необходимости
27.05	Раздел: Легкая атлетика. ОФП. Круговая тренировка В каждую серию добавляем приседания с нагрузкой по 5-10 раз (можно использовать пластиковые бутылки с водой различной емкости).	На платформе Сетевого города	Сетевой город фото отчет	Раз в неделю	Сетевой город	По необходимости
29.05	Раздел: Легкая атлетика. ОФП. Круговая тренировка В каждую серию добавляем приседания с нагрузкой по 5-10 раз (можно использовать пластиковые бутылки с водой различной емкости).	На платформе Сетевого города	Сетевой город фото отчет	Раз в неделю	Сетевой город	По необходимости

Учитель _____/Молчанов В.Ф./