

Физкультура 9-1, 9-2 класс

Тема	Что необходимо изучить	Ресурсы	Онлайн консультации	Форма контроля
<b>Баскетбол</b>	<p>1.Знать правила техники безопасности на занятиях спортивными играми. Правила игры, терминологию и жесты судьи (баскетбол)</p> <p>2. Уметь провести комплекс обще развивающих упражнений (Утренняя зарядка).</p> <p>3. Стойки игрока, перемещения, остановка в два шага.</p> <p>4.Для дневника самонаблюдения.</p> <p>Тесты: Отжимания в упоре лежа на количество раз, упражнение для мышц брюшного пресса за 30 секунд, наклон вперед из положения, стоя на низком стуле или скамье. Учет в сантиметрах.</p> <p>При наличии скакалки прыжки за одну минуту.</p> <p>5. Комплекс упражнений для развития силы.</p>	<p><a href="https://sportyfi.ru/basketbol/obuchenie/tehnika-bezopasnosti/TB">https://sportyfi.ru/basketbol/obuchenie/tehnika-bezopasnosti/TB</a> на занятиях баскетболом</p>		<p>Домашнее задание: Сообщение о «Технике безопасности и правилах игры в Баскетбол».</p> <p><a href="mailto:Volchikhin.ev@yandex.ru">Volchikhin.ev@yandex.ru</a> Сроки сдачи: 30.04</p>