

Физкультура 9-3 класс

Тема	Что необходимо изучить	Ресурсы	Онлайн консультации	Форма контроля
Баскетбол	<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>https://sportyfi.ru/basketbol/obuchenie/tehnika-bezopasnosti/TB на занятиях баскетболом</p>	<p>23.04 в 09:00</p> <p>Подключиться к конференции Zoom</p> <p>https://us04web.zoom.us/j/79986969228?pwd=SUZyMzgxSUINZ2R4WHY3cHU5cnVmZz09</p> <p>Идентификатор конференции: 799 8696 9228</p> <p>Пароль: 038073</p>	<p>Домашнее задание:</p> <p>Сообщение о «Технике безопасности и правилах игры в Баскетбол».</p> <p>Результаты тестов занести в дневник «Самонаблюдений»</p> <p>sergpashko@inbox.ru</p> <p>Сроки сдачи: 30.04</p>