

Дата	Предмет	Тема	Ресурс (форма проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма предоставления результата	Дата, время предоставления результата	Текущая аттестация, оценивание
21.04.	Физкультура 10 класс	Легкая атлетика Историческая справка  Зарядка ОРУ	Интернет ресурсы	Ссылки на YouTube <a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=39&amp;v=s2iFz4CD_7s&amp;feature=emb_log">https://www.youtube.com/watch?time_continue=39&amp;v=s2iFz4CD_7s&amp;feature=emb_log</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=s8Z_UOoqNnA">https://www.youtube.com/watch?v=s8Z_UOoqNnA</a>	Просмотр видеофильмов  Фото или видео <b>по желанию</b>	До 18.00 25.04.2020	Ответить на вопросы (можно от руки)
22.04	10	Техника безопасности  ОРУ	Интернет ресурсы	Ссылки на YouTube <a href="https://www.youtube.com/watch?v=k1ZSqlxgcl8">https://www.youtube.com/watch?v=k1ZSqlxgcl8</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5ITSrqLFGv8">https://www.youtube.com/watch?v=5ITSrqLFGv8</a>	Просмотр видеофильмов  Фото или видео <b>по желанию</b>	До 18.00 25.04.2020	Ответить на вопросы (можно от руки)
25.04	10	Пръжки с места  ОРУ	Интернет ресурсы	Ссылки на YouTube <a href="https://www.youtube.com/watch?v=jiWFcnjTnhM">https://www.youtube.com/watch?v=jiWFcnjTnhM</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=47OLR5fBZ20">https://www.youtube.com/watch?v=47OLR5fBZ20</a>	Просмотр видеофильмов  Фото или видео <b>по желанию</b>	До 18.00 25.04.2020  Почта <a href="mailto:kfg33@mail.ru">kfg33@mail.ru</a> Фото или видео можно присылать мне на страничку в контакте <a href="https://vk.com/id94395214">https://vk.com/id94395214</a>	Ответить на вопросы (можно от руки)

## Легкая атлетика

*1. Кросс - это:*

- 1) бег по искусственной дорожке стадиона
- 2) бег с ускорением
- 3) бег по пересеченной местности
- 4) бег с барьерами

*2. К видам легкой атлетики не относятся:*

- 1) прыжки в длину
- 2) спортивная ходьба
- 3) прыжки с шестом
- 4) прыжки через гимнастического коня

*3. Какие беговые дистанции не входят в программу Олимпийских игр?*

- 1) 200м, 100м
- 2) 400м, 800м
- 3) 1,500м, 3000м
- 4) 500м, 1000м

*4. Грамотный прыгун в длину хорошо знает длину своего разбега. Чем измеряется длина разбега*

- 1) рулеткой
- 2) "на глазок"
- 3) беговым шагом
- 4) ступнями

*5. Первую золотую медаль на Олимпийских играх среди всех советских спортсменов завоевала Нина Ромашкова - Пономарева. Какой это был вид легкой атлетики?*

- 1) бег на 800 метров
- 2) прыжок в высоту с шестом
- 3) прыжок в длину с разбега
- 4) метание диска

*6. Стиль-чез - это вид бега, который проводится:*

- 1) в естественных условиях
- 2) на беговой дорожке стадиона с однотипными барьерами
- 3) на беговой дорожке стадиона с барьерами и ямой с водой
- 4) по улицам города

7. В каком году возникла легкая атлетика в России?

- 1) в 1912 году
- 2) в 1888 году
- 3) в 1896 году
- 4) в 1900 году

8. Вес мяча для метания равен:

- 1) 50 гр.
- 2) 200 гр.
- 3) 90 гр.
- 4) 150 гр.

9. Наиболее выгодным в легкой атлетике считается начало бега на спринтарские дистанции с:

- 1) низкого старта
- 2) высокого старта
- 3) полунизкого старта
- 4) положения упор присев

10. Чему равен марафонский бег?

- 1) 50 км
- 2) 42 км
- 3) 42 км 195 м
- 4) 50 км 195 м