

Дата	Предмет	Тема	Ресурс (форма проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма предоставления результата	Дата, время предоставления результата	Текущая аттестация, оценивание
20.04.	Физкультура 11 класс	Легкая атлетика Историческая справка Зарядка ОРУ	Интернет ресурсы	Ссылки на YouTube https://www.youtube.com/watch?time_continue=39&v=s2iFz4CD_7s&feature=emb_log https://www.youtube.com/watch?v=s8Z_UOoqNnA	Просмотр видеофильмов Фото или видео по желанию	До 18.00 25.04.2020	Ответить на вопросы (можно от руки)
25.04	11	Техника безопасности ОРУ	Интернет ресурсы	Ссылки на YouTube https://www.youtube.com/watch?v=k1ZSqlxgcl8 https://www.youtube.com/watch?v=5ITSrqlFGv8	Просмотр видеофильмов Фото или видео по желанию	До 18.00 25.04.2020	Ответить на вопросы (можно от руки)
25.04	11	Пръжки с места ОРУ	Интернет ресурсы	Ссылки на YouTube https://www.youtube.com/watch?v=jiWFcnjTnhM https://www.youtube.com/watch?v=47OLR5fBZ20	Просмотр видеофильмов Фото или видео по желанию	До 18.00 25.04.2020 Почта kfg33@mail.ru Фото или видео можно присылать мне на страничку в контакте https://vk.com/id94395214	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