

**Організація дистанційного навчання  
з фізкультури та Захисту Вітчизни  
під час карантину**

**Учитель: Зацерковний Петро Миколайович**

<b>Дата</b>	<b>Клас</b>	<b>Час роботи вчителя</b>	<b>Навчальна тема</b>	<b>Посилання на електронні ресурси</b>	<b>Практичні завдання для виконання</b>	<b>Терміни їх виконання</b>	<b>Посилання та час проведення вебінару (за необхідності)</b>
<b>ФІЗКУЛЬТУРА</b>							
18.05	7-А	10.20-11.05	Легка атлетика	Опрацювати: різновиди ходьби та бігу.	Виконати: вправи для формування постави	До 20.05	
18.05	10-В	11.15-12.00	Легка атлетика	Опрацювати: розвиток витривалості.	Виконати: комплекс вправ	До 22.05	
20.05	7-А	9.25-10.10	Футбол	Опрацювати: удари по м'ячу ногою на точність.	Виконати: вправи для відновлення дихання	До 22.05	
22.05	10-В	12.20-13.05	Легка атлетика	Опрацювати: спеціальні вправи для метання.	Виконати: комплекс вправ	До 25.05	
22.05	7-А	13.25-14.10	Футбол	Опрацювати: удари по м'ячу ногою на точність.	Виконати: комплекс вправ	До 25.05	
<b>ЗАХИСТ ВІТЧИЗНИ</b>							
19.05	11-В	13.25-14.10	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Способи та правила транспортування потерпілих при різноманітних ушкодженнях.	До 20.05	
19.05	10-В	14.20-15.05	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Техніка накладання турнікета на	До 20.05	

					верхні та нижні кінцівки.		
20.05	11-Б	08.30-09.15	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Способи та правила транспортування потерпілих при різноманітних ушкодженнях.	До 21.05	
20.05	11-В	11.15-12.00	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Алгоритм надання домедичної допомоги у секторі укриття	До 26.05	
20.05	11-А	13.25-14.10	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Зупинка кровотечі з ран шиї, тулуба, кінцівок.	До 27.05	
20.05	10-В	14.20-15.05	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Техніка накладання турнікета на верхні та нижні кінцівки.	До 26.05	
21.05	11-Б	09.25-10.10	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Алгоритм надання домедичної допомоги у секторі укриття	До 27.05	
21.05	10-А	11.15-12.00	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Алгоритм дій при кровотечах	До 28.05	
21.05	10-Б	13.25-14.10	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Алгоритм дій при кровотечах	До 28.05	
22.05	10-Г	14.20-15.05	Домедична допомога	Підручник Захисту Вітчизни	Алгоритм дій при кровотечах	До 29.05	