

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

Учитель: Зацерковний Петро Миколайович

Дата	Клас	Час роботи вчителя	Навчальна тема	Посилання на електронні ресурси	Практичні завдання для виконання	Терміни їх виконання	Посилання та час проведення вебінару (за необхідності)
ФІЗКУЛЬТУРА							
04.05	7-А	10.20-11.05	Легка атлетика	Опрацювати: Метання малого м'яча на дальність з розбігу.	Виконати: комплекс вправ	До 06.05	
04.05	10-В	11.15-12.00	Легка атлетика	Опрацювати: техніку бігу на 100 метрів.	Виконати: комплекс вправ	До 08.05	
06.05	7-А	9.25-10.10	Легка атлетика	Опрацювати: техніку бігу на 60 метрів.	Виконати: комплекс вправ	До 08.05	
08.05	10-В	12.20-13.05	Легка атлетика	Опрацювати: стрибок у довжину способом «зігнувши ноги»	Виконати: комплекс вправ	До 11.05	
08.05	7-А	13.25-14.10	Легка атлетика	Опрацювати: стрибок у висоту з розбігу способом «переступання».	Виконати: вправи для формування постави	До 11.05	
ЗАХИСТ ВІТЧИЗНИ							
05.05	11-В	13.25-14.10	Тактична підготовка	Підручник Захисту Вітчизни	Дії дозорних під час огляду місцевості та місцевих предметів, нагороджувань, мостів, різних перешкод.	До 07.05	
05.05	10-В	14.20-15.05	Домедична підготовка. Базова підтримка життя.	Підручник Захисту Вітчизни	Штучне дихання – його різновиди, методика та техніка проведення штучної вентиляції легенів.	До 06.05	
06.05	11-Б	08.30-09.15	Тактична підготовка	Підручник Захисту Вітчизни	Дії дозорних під час огляду місцевості та місцевих предметів, нагороджувань, мостів, різних перешкод.	До 07.05	
06.05	11-В	11.15-12.00	Тактична підготовка	Підручник Захисту Вітчизни	Дії в засаді.	До 12.05	

06.05	11-А	13.25-14.10	Тактична підготовка	Підручник Захисту Вітчизни	Дії в засаді. Бойові порядки та їх використання під час руху.	До 13.05	
06.05	10-В	14.20-15.05	Домедична підготовка. Базова підтримка життя.	Підручник Захисту Вітчизни	Застосування автоматичного зовнішнього дефібрилятора. Техніка проведення реанімаційних заходів одним та двома рятувальниками.	До 12.05	
07.05	11-Б	09.25-10.10	Тактична підготовка	Підручник Захисту Вітчизни	Дії в засаді.	До 13.05	
07.05	10-А	11.15-12.00	Домедична підготовка. Базова підтримка життя.	Підручник Захисту Вітчизни	Звільнення дихальних шляхів від сторонніх предметів – западання язика, нижньої щелепи, слизу, води тощо – та відкривання верхніх дихальних шляхів.	До 14.05	
07.05	10-Б	13.25-14.10	Домедична підготовка. Базова підтримка життя.	Підручник Захисту Вітчизни	Звільнення дихальних шляхів від сторонніх предметів – западання язика, нижньої щелепи, слизу, води тощо – та відкривання верхніх дихальних шляхів.	До 14.05	
08.05	10-Г	14.20-15.05	Домедична підготовка. Базова підтримка життя.	Підручник Захисту Вітчизни	Звільнення дихальних шляхів від сторонніх предметів – западання язика, нижньої щелепи, слизу, води тощо – та відкривання верхніх дихальних шляхів.	До 15.05	