 .

**Организации двигательной активности в дистанционном режиме**

Для самостоятельных занятий физической культурой и соблюдения оптимального двигательного режима предлагаем использовать видеоуроки, разработанные "Международной Академией спорта Ирины Винер".

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Уровень образования** | **Тема** | **Ссылка** |
| Начальное общее образование | Гибкость и координация | <https://drive.google.com/file/d/1wnIDIhVVli19wK45g4XH192j4JzbMLP3/view> |
| Танцевальные упражнения  (шаги галоп) | <https://drive.google.com/file/d/1cIMbOHta0DuVoTJj3wSQ2qf3dvFQPPm3/view> |
| Зарядка | <https://drive.google.com/file/d/1a4Fdi3gXUyrK6tqL8PVWvPqicBPqjULM/view> |
| Физкультминутка | <https://drive.google.com/file/d/1r0x9Md7TPyqV1TnbWpK9WDOt3ZK_sSFl/view> |
| Основное общее образование | Физическая нагрузка для детей. Часть 1 | <http://academy.mosmetod.ru/kollektsiya/fizicheskaya-nagruzka-dlya-detej-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya> |
| Физическая нагрузка для детей. Часть 2 | <http://academy.mosmetod.ru/kollektsiya/fizicheskaya-nagruzka-dlya-detej-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-lektsiya-2> |
| Физическая нагрузка для детей. Часть 3 | <http://academy.mosmetod.ru/kollektsiya/fizicheskaya-nagruzka-dlya-detej-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-lektsiya-3> |
| Физическая нагрузка для детей. Часть 4 | <http://academy.mosmetod.ru/kollektsiya/fizicheskaya-nagruzka-dlya-detej-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-lektsiya-4> |

***Обучение по предметной области "Физическая культура"***

* аудио физкультурные минутки (особенно если урок идет в середине дня);
* размещение научно-популярных фильмов об истории происхождения различных видов спорта;
* размещение научно-популярных фильмов об истории развития спорта;
* размещение научно-популярных фильмов  о великих спортсменах;
* реализация проектов в области ЗОЖ.

***Обучение по предметной области "Технология"***

При выполнении задания старайтесь прикладывать видеоматериал о том, как выполнить работу.

При реализации проектной деятельности – продумывайте задание на 1 неделю в рамках выполнения проекта.

Все выполненные задания прикрепляются обучающимися в электронный журнал.

***Реализация подготовки обучающихся к ОГЭ и ЕГЭ***

Для подготовки обучающихся к сдаче ОГЭ и ЕГЭ в рамках дистанционного и электронного обучения необходимо:

* Уведомить обучающихся о часах отдельных консультаций в рамках подготовки к ОГЭ и ЕГЭ по вашему предмету в он-лан режиме.
* В электронном дневнике размещать он-лайн тестовые материалы для отработки решения заданий.
* Выполнение вариантов КИМ на сайте Решу ЕГЭ, Решу ОГЭ в онлайн-режиме