

Фізична культура 1 клас

№	Завдання	Додаткові інструменти
1 12	Організує вправи. Вивчення передачі м'яча в парах. Ведення м'яча на місці та в русі правою і лівою рукою. Ловіння та передача м'яча, що летить на рівні обличчя. Рухливі ігри: «Гравець у колі», «Совонька».	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=omwST2zkEmY https://www.youtube.com/watch?v=DYtMjvyGK8 https://www.youtube.com/watch?v=cc5LI-adehI
2 12	Організує вправи. Вивчення кидок м'яча двома руками знизу в кошик. Передача м'яча в парах. Рухливі ігри: «Гонка м'ячів», «День і ніч».	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=xCkGxnz5BiU https://www.youtube.com/watch?v=5XfWPqAS0SI https://www.youtube.com/watch?v=jYqgZnRFwKY
3 12	Організує вправи. Вивчення передачі м'яча двома руками з-за голови. Кидок м'яча двома руками знизу в кошик. Рухливі ігри: «Влучно в ціль», «Світлофор», «М'яч сусідові»	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=omwST2zkEmY https://www.youtube.com/watch?v=DYtMjvyGK8 https://www.youtube.com/watch?v=cc5LI-adehI
4 12	Організує вправи. Закріплення ловіння та передача м'яча, що летить на рівні обличчя. Вправи з м'ячем на гімнастичній лаві. Рухливі ігри: «Хвостики», «Жонглер».	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=xCkGxnz5BiU https://www.youtube.com/watch?v=jYqgZnRFwKY
5 12	Організує вправи. Вправи для розвитку сили. Вправи з малим м'ячем. Метання малого м'яча у вертикальну ціль з відстані 8–10 м. Рухливі ігри:	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=omwST2zkEmY

	«Альпіністи», «Гравець у колі», «Передає сідай».	https://www.youtube.com/watch?v=cc5LI-adehI
6 12	Організуючі вправи. Вивчення передачі та ловіння м'яча, що летить на рівні пояса. Передача м'яча двома руками з-за голови. Естафети з веденням м'яча.	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=xCkGxnz5BiU https://www.youtube.com/watch?v=_DYtMjvyGK8
7 12	Організуючі вправи. Кидки м'яча двома руками в позначку (мішень) та ловіння його після відскоку. Передача та ловіння м'яча, що летить на рівні пояса. Рухливі ігри: «Хвост-тики», «Гравець у колі».	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=omwST2zkEmY https://www.youtube.com/watch?v=5XfWPqAS0SI https://www.youtube.com/watch?v=cc5LI-adehI
8 12	Організуючі вправи. Вправи з м'ячем: передача м'яча в колонах. Закріплення передачі м'яча двома руками з-за голови. Колове тренування. Рухливі ігри: «День і ніч», «Карлики та велетні».	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=xCkGxnz5BiU https://www.youtube.com/watch?v=5XfWPqAS0SI https://www.youtube.com/watch?v=jYqgZnRFwKY
9 12	Організуючі вправи. Вправи з м'ячем: передача м'яча в колонах. Закріплення передачі м'яча двома руками з-за голови. Колове тренування. Рухливі ігри: «День і ніч», «Карлики та велетні».	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=omwST2zkEmY https://www.youtube.com/watch?v=cc5LI-adehI
10 12	Організуючі вправи. Кидки м'яча двома руками в позначку (мішень) та ловіння його після відскоку. Передача та ловіння м'яча, що летить на рівні пояса. Рухливі ігри: «Хвост-тики», «Гравець у колі».	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=xCkGxnz5BiU https://www.youtube.com/watch?v=jYqgZnRFwKY

	Підсумкове тестування за 1 семестр.	https://www.youtube.com/watch?v=cc5Ll-adehI https://www.youtube.com/watch?v=5XfWPqAS0SI тест https://www.youtube.com/watch?v=Dfm2pvTfLa8&t=334s
11	Організуючі вправи. Вправи з м'ячем: передача м'яча в колонах. Закріплення передачі м'яча двома руками з-за голови. Колове тренування. Рухливі ігри: «День і ніч», «Карлики та велетні».	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUupuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=omwST2zkEmY https://www.youtube.com/watch?v=cc5Ll-adehI
12	ТМ Олімпійські ігри. Правила безпечної поведінки на уроках фізичної культури. Повторення матеріалу за I семестр. ПІДСУМКОВА РОБОТА	ТБ https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUupuFU ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=omwST2zkEmY https://www.youtube.com/watch?v=cc5Ll-adehI https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfqBQ1_kRY_F0bjzvVTAwNRN49wvwHHb_8XdnGPh98WchKPT_w/viewform?usp=sharing&ouid=116750679329223360183