

Предмет: **ФІЗКУЛЬТУРА**

Вчитель:

Тел.

Ел. пошта:

Класний керівник:

№ уроку	Дата	Тема уроку	Завдання для учнів на самоопрацювання	Матеріали для уроків (посилання)
1.	01.09.	Руховий режим дня молодшого школяра. Спортивний одяг і взуття.		
2.	02.09.	Значення і правила виконання ранкової гімнастики. Організовуючі вправи. Рухливі ігри.		Відео до уроку
3.	05.09	Рухова активність протягом дня. Рухливі ігри. Визначення вихідних даних Фізичної підготовки.		Відео до уроку
4	08.09	Організовуючі вправи. Перешикування. Загальнорозвивальні вправи для правильної постави. Різновиди ходьби. Рухливі ігри та естафети.		
5	09.09	Організовуючі вправи. Перешикування. Загальнорозвивальні вправи для правильної постави. Різновиди ходьби. Рухливі ігри та естафети.		Відео до уроку
6	12.09	Організовуючі вправи. Перешикування. Загальнорозвивальні вправи для правильної постави. Різновиди ходьби. Рухливі ігри та естафети.		Відео до уроку
7	15.09	Комплекс вправ ранкової гімнастики без предмета. Біг зі зміною напрямку, спиною вперед Біг із високого старту до 30 м. Рухлива гра.		
8	16.09	Організовуючі вправи. Комплекс вправ ранкової гімнастики без предмета. Біг		

		зі зміною напрямку,спиною вперед Біг із високого старту до 30 м.Рухлива гра.		
9	19.09	Організуючі вправи.Комплекс вправ ранкової гімнастики без предмета.Біг зі зміною напрямку,спиною вперед Біг із високого старту до 30 м.Рухлива гра.		
10	22.09	Організуючі вправи.Комплекс вправ ранкової гімнастики без предмета.Вправи для розвитку швидкості.Біг із пришвидченням за сигналом.		Відео до уроку
11	23.09.	Організовуючі вправи. Загальнорозвивальні вправи в русі. Біг на дистанцію до 500 м малої інтенсивності. Рухлива гра.		
12	26.09	Організовуючі вправи.Загальнорозвивальні вправи в русі.Бігові вправи.Пришвидшення з різних вихідних положень.Рухливі ігри.		Відео до уроку
13.	29.09	Організовуючі вправи.Загальнорозвивальні вправи в русі.Бігові вправи.		Відео до уроку
14.	30.09	Організовуючі вправи. Вправи для м'язів шиї.Вправи для розвитку витривалості. Рухлива гра.		Відео до уроку
15.	03.10	Організовуючі вправи. Загальнорозвивальні вправи в русі. Бігові вправи.Рухлива гра.		Відео до уроку
16.	06.10	Організовуючі вправи.Загальнорозвивальні стрибки у довжину.		
17	07.10	Організуючі вправи.Бігові вправи. Стрибки на місці з поворотами.Стрибки у довжину.		Відео до уроку
18.	10.10	Організовуючі вправи.Загальнорозвивальні вправи .Вправи для розвитку координації.		Відео до уроку
19	13.10	Організовуючі та загальнорозвивальні вправи.Вправи для розвитку координації.Біг у чергуванні з ходьбою.		Відео до уроку

20	14.10	Організовуючі вправи. Загальнорозвивальні вправи. Бігові та стрибкові вправи. Вправи для розвитку витривалості. Рухлива гра.		Відео до уроку
21.	17.10	Організовуючі та загальнорозвивальні вправи. Різновиди ходьби, бігові та стрибкові вправи. Рухлива гра.		Відео до уроку
22	20.10	Правила техніки безпеки під час занять з м'ячем. Організовуючі та загальнорозвивальні вправи. Вправи з м'ячем.		
23	21.10	Організовуючі вправи. Загальнорозвивальні вправи з м'ячем. Вправи з великим м'ячем. Рухлива гра.		
24	31.10	Організовуючі вправи. Загальнорозвивальні вправи з м'ячем. Вправи з великим м'ячем. Рухлива гра.		Відео до уроку
25.	18.10	Загальнорозвивальні вправи. Вправи для розвитку витривалості.		
26.	17.01	Організовуючі вправи. Загальнорозвивальні вправи. Вправи для розвитку координації.		
27.	19.01	Організуючі вправи. Комплекс вправ ранкової гімнастики без предмета. Біг зі зміною напрямку, спиною вперед Біг із високого старту до 30 м. Рухлива гра.		
28.	20.01	Організуючі вправи. Комплекс вправ ранкової гімнастики без предмета. Біг зі зміною напрямку, спиною вперед Біг із високого старту до 30 м. Рухлива гра.		
29.	22.02	Організуючі вправи. Комплекс вправ ранкової гімнастики без предмета. Біг зі зміною напрямку, спиною вперед Біг із високого старту до 30 м. Рухлива гра.		
30.	23.02	Організовуючі вправи. Загальнорозвивальні вправи. Вправи для розвитку координації.		

31	24.02	Організовуючі вправи.Загальнорозвивальні вправи .Вправи для розвитку координації.		