

Предмет: *Фізкультура*

Вчитель: Звезда Людмила Іванівна

Тел. 0978666014

Ел. пошта: vin-zvezda@ukr.net

Класний керівник: Ташкінова С.М.

2021-2022 н.р.				
№ уроку	Дата	Тема уроку	Завдання для учнів на самоопрацювання	Матеріали для уроків (посилання)
1	21.10	<u>Асинхронний режим уроку.</u> Загальнорозвиваючі вправи зі скакалкою.	<u>Дистанційне навчання на уроці фізичної культури</u> <u>Руханка зі скакалкою</u>	
2	22.10	Вправи на оволодіння навичками пересувань. Стрибки у довжину способом "зігнувши ноги".	https://www.youtube.com/watch?v=8P6I_nNbcjg	https://www.youtube.com/watch?v=NVG9d2K2A-M
3	30.10	ЗРВ. Спеціальні бігові вправи.	https://www.youtube.com/watch?v=5eie_sJTZ1Y	https://www.youtube.com/watch?v=tz2TOMqE8YQ
27.01-07.02.2022				
1	03.02	ЗРВ для формування правильної постанти. Вправи для розвитку координації рухів.	https://www.youtube.com/watch?v=-KGiS5KCfwI	https://www.youtube.com/watch?v=SSE3grKUVNo
2	04.02	ЗРВ для формування правильної постанти. Згинання та розгинання рук в упорі лежачи від гімнастичної лави та від підлоги.	https://www.youtube.com/watch?v=eBjAznq3YHY	
2020-2021 н.р.				
Вчитель Ташкінова С.М.				
№ уроку	Дата	Тема уроку	Завдання для учнів на самоопрацювання	Матеріали для уроків (посилання)
1.	11.01.	Комплекс вправ ранкової гімнастики. Ігри на свіжому повітрі.		

2.	12.01.	Загальнорозвивальні вправи. Рухливі ігри.		
3.	15.01.	Вправи для розвитку гнучкості. Ігри на свіжому повітрі.		
4.	18.01.	Комплекс ранкової гімнастики.		
5.	19.01.	Вправи для розвитку гнучкості. Рухливі ігри.		
6.	22.01.	Вправи ранкової гігієнічної гімнастики.		
7.	29.03.	Вправи ранкової гімнастики. Ігри на свіжому повітрі.		
8.	30.03.	Ігри на свіжому повітрі. Загальнорозвивальні вправи.		
9.	02.04.	Вправи в русі з м'ячем. Рухливі ігри.		
10.	05.04.	Загальнорозвивальні вправи на свіжому повітрі.		
11.	06.04.	Вправи в русі з м'ячем. Рухливі ігри.		
12.	09.04.	Загальнорозвивальні вправи в русі.		
13.	12.04.	Загальнорозвивальні вправи з гімнастичними палицями. Рухлива гра.		
14.	13.04.	Ігри на свіжому повітрі.		
15.	16.04.	Загальнорозвивальні вправи на свіжому повітрі.		
16.	19.04.	Вправи в русі з м'ячем Рухливі ігри.		
17.	20.04.	Загальнорозвивальні вправи.		
18.	23.04.	Ігри на свіжому повітрі.		