Організація роботи вчителя на період карантину

З 13.04.2020 Комунального закладу «Харківська санаторна школа №11»

Харківської обласної ради у **відповідності до розкладу уроків**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  з/п | ПІБ | Предмет | | Дата | Тема | Домашнє завдання | | Он-лайн ресурс, який використовуєте | |
| **1-А** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 13.04.2020 | Вправи з малим м’ячем. | Провести комплекс ранкової гімнастики. | | <https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE&t=90s> | |
| 2 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 14.04.2020 | Вправи для формування правильної постави.  Вправи з малим м’ячем. | Виконати комплекс вправ «Вправи для бездоганної постави»  Провести комплекс ранкової гімнастики. | | Додаток №1  <https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE&t=90s> | |
| 3 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 17.04.2020 | Вправи для профілактики плоскостопості.  Вправи з малим м’ячем. | Виконати комплекс вправ для профілактики плоскостопості  Провести комплекс ранкової гімнастики. | | Додаток №2  <https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE&t=90s> | |
| Додатково: перегляд мультфільмів про спорт <https://www.youtube.com/watch?v=UnZ14AHLVeg>  **Додаток №1**  **Вправи для бездоганної постави**  Правильний комплекс вправ для бездоганної постави допоможе уникнути небажаних проблем зі спиною та позбавить сутулості. Але варто пам’ятати, що універсальних вправ немає, адже варто враховувати вік, зріст, вагу та загальний розвиток дитини. А якщо вам здається, що у дитини вже порушена постава — зверніться до лікаря, адже лише спеціаліст може відрізнити патологію від норми та вибрати необхідну саме вашій дитині гімнастику.  **Вправи, які рекомендовано, позитивно впливають на загальний стан здоров’я та зміцнюють м’язи спини.**  **Одна з найпростіших вправ для ідеальної постави — стояти рівно**. Нехай дитина стане рівно біля стінки так, щоб потилиця, лопатки, сідниці та п’ятки торкалися стінки, постоїть так п’ять секунд, зробить крок уперед, не міняючи положення тіла. Повторити п’ять разів.  **Позитивний вплив на спину має вис на перекладині.** Ця вправа корисна як хлопчикам, так і дівчаткам. У стоячому та сидячому положенні хребет знаходиться під тиском, і щоб його знизити, варто висіти на перекладині. Хлопчикам також корисно висіти на одній руці та підтягуватися.  **Наступна вправа, яка відмінно формує правильну поставу — «кішка».** Дитина має стати на коліна та долоньки, опустити голову вниз та вигнути дугою спину, а потім підняти голову та прогнути спину, наче кішечка. Повторити п’ять разів.  **Ще одна вправа, яка більше походить на гру — ходьба на руках.** Нехай дитина ляже на підлогу животиком униз, а ви візьміть його за ніжки. Для укріплення м’язів достатньо погуляти так 2–3 хвилинки.  **Проста вправа для дівчаток, які прагнуть мати королевську поставу — прогулянки з книжкою.** Юній принцесі треба ходити навшпиньках з книгою на голові. Можна навіть влаштовувати домашні змагання. Цю вправу також виконують і хлопчики. Повторити п’ять разів.  **Для іншої вправи** треба лягти на живіт та витягнути руки вперед. Одночасно піднімати руки та ноги, прогинаючи поперек. Повторити п’ять разів.  **Щоб виконати наступну вправу** треба повернутися з животику на спину та по черзі піднімати ноги, затримуючи їх у повітрі на 5 секунд. Повторити п’ять разів.  **Додаток №2**  **Вправи для профілактики плоскостопості**  Вправи від плоскостопості  До комплексу входять наступні вправи для профілактики плоскостопості:   * ходьба на носочках; * ходьба на п'ятах; * поперечна ходьба по дерев'яному брусу; * захоплення дрібних предметів ступнями і їх перекладання; * ходьба на зовнішній і внутрішній стороні стопи, при цьому пальці загнуті всередину. * малювання кіл. Одну ногу потрібно закинути на іншу і натягнутим носком малювати кола. Те ж саме повторити на іншу ногу; * катання по підлозі спеціальних гумових валиків або м'ячиків з шипами – це приємні і ефективні вправи від плоскостопості для дорослих.   Цей комплекс виконується протягом 5-10 хвилин. | | | | | | | | | |
| **1-Б** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 14.04.2020 | «Що таке фізкультхвилинка?»  Рухлива гра: «Швидко на місця», «Біг парами в обручах», «М’яч сусідові», естафета «Збирання ананасів». | Ознайомитися з теоретичним матеріалом.  Провести комплекс ранкової гімнастики. | | Дивись додаток №1  <https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE&t=90s> | |
| 2 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 15.04.2020 | Вправи з великим м’ячем: удари м’яча об підлогу однією та двома руками.  Вправи з малим м’ячем. | Провести комплекс ранкової гімнастики. | | <https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE&t=90s> | |
| 3 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 16.04.2020 | Вправи з малим м’ячем. | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Вправи з м'ячем | | <https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE&t=90s>  <https://www.youtube.com/watch?v=hYVpXKiUAzs&list>=  RDCMUCynfLvOK2gE9sN4JCdRzuJg&index=1 | |
| Додатково: перегляд мультфільмів про спорт <https://www.youtube.com/watch?v=UnZ14AHLVeg> | | | | | | | | | |
| **Додаток №1**  **«Що таке фізкультхвилинка?»**  «Рух – це життя», - ці слова відомі практично кожній людині. Фізкультхвилинка як форма активного відпочинку під час малорухомих занять досить широко застосовується під час освітнього процесу. Мета проведення фізкультхвилинки – підвищити або утримати розумову працездатність здобувачів освіти на заняттях, забезпечити короткочасний активний відпочинок для дітей під час занять, коли значне навантаження відчувають органи зору і слуху; м'язи тулуба, особливо спини, що знаходяться в статичному стані; м'язи кисті працюючої руки.  Виходячи з цього, для фізкультхвилинки складають комплекс, який включає в себе 3-4 простих вправи для великих груп м'язів (ніг, рук, плечового поясу, тулуба), активізують дихання і кровообіг. Виконуються вони протягом 1,5-2 хвилин.  **Виросли дерева в полі**  Виросли дерева в полі, (потягнутися, року розвести в боки)  Добре їм рости на волі!  Кожне сили прикладає (потягнутися, руки в гору)  і до неба виростає.  Пустотливий вітер, друже, (діти машуть руками)  розгойдай гілки ще дужче,  навіть товсті стовбури  нахили ти до землі. (нахил тулуба до підлоги  Вправо, вліво і вперед (нахили праворуч, ліворуч, вперед)  так дерева вітер гне.  Він їх вертить, (оберти тулуба)  він їх крутить.  Відпочинку їм не буде. (плечі підняти та опустити). | | | | | | | | | |
| **2-А** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 13.04.2020 | Повільний біг до 300 м.  Вправи на координацію, гнучкість, силу. | Виконати сучасну дитячу руханку – танець "Hare Dance" | | <https://www.youtube.com/watch?v=3sg5oJQmlBY>  зробити 2-3 рази руханку | |
| 2 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 16.04.2020 | Ведення м’яча внутрішньою та зовнішньою частиною підйому. Зупинка м’яча підошвою. | Виконати сучасну дитячу руханку – танець "Hare Dance" | | <https://www.youtube.com/watch?v=3sg5oJQmlBY>  зробити 2-3 рази руханку | |
| 3 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 17.04.2020 | Рухливі ігри «М’яч сусідові», «М’яч середньому» та естафета «Збирання ананасів». | Виконати сучасну дитячу руханку – танець "Hare Dance" | | <https://www.youtube.com/watch?v=3sg5oJQmlBY>  зробити 2-3 рази руханку | |
| Додатково: перегляд мультфільмів про спорт <https://www.youtube.com/watch?v=ihBVNt0sD3g> | | | | | | | | | |
| **2-Б** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 14.04.2020 | Твоя особиста гігієна.  Рухливі ігри: «Совонька», «Увага! Акула!», естафета «Саджання картоплі», «Лисиця і заєць». | Виконати сучасну дитячу руханку – танець "Hare Dance"  Перегляд відео «Гігієна для дітей: як уберегтися від злих мікробів?»«Личная гигиена - Азбука здоровья» | | <https://www.youtube.com/watch?v=3sg5oJQmlBY>  зробити 2-3 рази руханку  <https://www.youtube.com/watch?v=hd_kEZEHkdo>  <https://www.youtube.com/watch?v=J30j5TkE8p4> | |
| 2 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 15.04.2020 | Ловіння і передача м’яча двома руками від грудей з місця, передача м’яча двома руками з ударом об підлогу.  Ведення м’яча. | Виконати сучасну дитячу руханку – танець "Hare Dance  Вправи з м'ячем | | <https://www.youtube.com/watch?v=3sg5oJQmlBY>  зробити 2-3 рази руханку  <https://www.youtube.com/watch?v=hYVpXKiUAzs&list>=  RDCMUCynfLvOK2gE9sN4JCdRzuJg&index=1 | |
| 3 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 16.04.2020 | Гігієнічні заходи після уроку фізичної культури.  Ловіння і передача м’яча двома руками від грудей з місця з кроком, зі зміною місць. Ведення м’яча. | Ознайомитися з теоретичним матеріалом.  Виконати сучасну дитячу руханку – танець "Hare Dance" | | Дивись додаток №1  <https://www.youtube.com/watch?v=3sg5oJQmlBY>  зробити 2-3 рази руханку | |
| **Додаток №1**  **Загальні вимоги до одягу і взуття для занять фізкультури.**  Загальні вимоги до одягу і взуття для занять фізичними вправами передбачають, перш за все, здат­ність захищати організм від несприятливих умов, механічних пошкоджень і забруднення.  Одяг для занять фізичними вправами повинен відповідати характеру занять (виду спорту) і темпера­турним умовам, бути легким, зручним, відповідати зросту, розміру й повноті.  Одяг має добре зберігати тепло, бути повітропроникним, еластичним, водонепроник­ним. Улітку та у приміщенні під час занять найкраще використовувати костюми відкритого типу, що забезпечують тепловіддачу тіла: майки, труси, футболки, шорти, легкий бавовняний костюм, за по­треби — сонцезахисні головні убори. У прохолодну погоду і в зимовий період під час занять фізкуль­турою та спортом слід використовувати одяг із високими тепло- і вітрозахисними властивостями: ко­стюми з натуральних тканин, шапочки, рукавички. За сильного вітру — вітрозахисну куртку. Одяг із синтетичних тканин рекомендують використовувати лише для захисту від дощу, снігу, вітру.  Взуття повинно добре зберігати тепло, а також не пропускати воду, бути міцним, м’яким, водостійким і мати за потреби спеціальні пристосування (захисні й амортизаційні, наприклад, щитки, прокладки, шипи тощо). Улітку на свіжому повітрі або у приміщенні можна займатися босоніж чи в кедах, кросів­ках. Черевики для лиж та ковзанів повинні бути дещо більшими за повсякденне взуття для того, щоб додатково можна було надягнути шерстяні шкарпетки (за потреби дві пари — бавовняні й шерстяні). Одяг для занять фізичними вправами необхідно часто прати, він має бути чистим і охайним.  Додатково: перегляд мультфільмів про спорт <https://www.youtube.com/watch?v=ihBVNt0sD3g> | | | | | | | | | |
| **3 клас** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 13.04.2020 | Біг із високого старту на 30 м. (з чергуванням на ходьбу).  Метання м’яча стоячи боком до напряму метання.. | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Перегляд відео матеріалу | | <https://www.youtube.com/watch?v=4Oxoa4mKlUA>  https://www.youtube.com/watch?v=vSa6gBw4x2I | |
| 2 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 14.04.2020 | Значення рухливих ігор на розвиток дитини.  Рухливі ігри: «Мисливці та качки», «Світлофор» та естафета «Кокосовий теніс». | Провести комплекс ранкової гімнастики. | | <https://www.youtube.com/watch?v=4Oxoa4mKlUA> | |
| 3 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 15.04.2020 | Біг із високого старту на 30 м. (з чергуванням на ходьбу).  Метання малого м’яча стоячи боком до напряму метання. | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Перегляд відео матеріалу | | <https://www.youtube.com/watch?v=CO0mUekg74U>  https://www.youtube.com/watch?v=vSa6gBw4x2I | |
| Перегляд мультфільму «Олимпионики» <https://www.youtube.com/watch?v=5RWVGaHy44s&list=PLt6kNtUbjfc_bVnq6Hwxi7Ci_T4st0pbI&index=14> | | | | | | | | | |
| **4-А** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 13.04.2020 | Значення рухливих ігор на розвиток дитини.  Рухливі ігри: «Мисливці та качки», «Світлофор» та естафета «Кокосовий теніс». | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Ознайомитися з теоретичним матеріалом. | | <https://www.youtube.com/watch?v=iVaMGTVWXDY>  Додаток №1 | |
| 2 | Кулик Н.Є. | Фізична культура | | 16.04.2020 | Відновлення дихання після бігу. Передачі м’яча в парах, трійках. Жонглювання м’ячем. | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Теоретичний матеріал:   * жонглювання м’ячем. | | <https://www.youtube.com/watch?v=iVaMGTVWXDY>  <https://www.youtube.com/watch?v=vzCtZ9KBQCY> | |
| 3 | Кулик Н.Є | Фізична культура | | 17.04.2020 | Передачі м’яча в парах, трійках. Жонглювання м’ячем. | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Теоретичний матеріал:  жонглювання м’ячем. | | <https://www.youtube.com/watch?v=icwEAJm3U7k>  <https://www.youtube.com/watch?v=vzCtZ9KBQCY> | |
| Додаток №1  Рухлива гра належить до таких проявів ігрової діяльності, в яких яскраво виражена роль рухів. Для рухливих ігор характерні творчі, активні рухові дії, мотивовані сюжетом. Вони спрямовуються на подолання різних труднощів на шляху до досягнення поставленої мети.  Рухливі ігри, як правило, не вимагають від дітей спеціальної підготовки. Саме завдяки цій чудовій властивості рухливі ігри, особливо з елементами змагання, більше, ніж інші форми фізичного виховання, відповідають потребам організму. Під час проведення рухливих ігор формуються витримка, самовладання, правильне реагування на невдачу.  Ігри з активними, енергійними, багаторазово повторюваними руховими діями сприяють вдосконаленню найважливіших систем і функцій організму. У практиці широко використовуються різноманітні ігри, зокрема народні рухливі ігри, які мають давню історію, та активно використовуються в руховій діяльності.  У грі одночасно здійснюється фізичне, розумове, моральне, естетичне і трудове виховання. Активна рухова діяльність і позитивні емоції, викликані нею, підсилюють усі фізіологічні процеси в організмі, поліпшують роботу усіх органів і систем. Несподівані ситуації, що виникли під час гри, привчають дітей доцільно використовувати набуті рухові навички і уміння.  У рухливих іграх створюються найсприятливіші умови для виховання фізичних якостей. Рухливі ігри позитивно впливають на розумовий розвиток дітей, організаторські навички, формування особливості. При проведенні рухливих ігор в силу їх специфічності насамперед вирішуються задачі власне фізичного виховання. В іграх діти відображають накопичений досвід, поглиблюють, закріплюють своє уявлення про уявні дії, про життя. Дитина, як і дорослий, пізнає світ у процесі діяльності. Заняття іграми збагачують учасників новими відчуттями, уявленнями, поняттями. | | | | | | | | | |
| **4-Б** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є | Фізична культура | | 13.04.2020 | Значення рухливих ігор на розвиток дитини.  Рухливі ігри: «Мисливці та качки», «Світлофор» та естафета «Кокосовий теніс». | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Ознайомитися з теоретичним матеріалом. | | <https://www.youtube.com/watch?v=iVaMGTVWXDY>  Додаток №1 | |
| 2 | Кулик Н.Є | Фізична культура | | 16.04.2020 | Відновлення дихання після бігу. Передачі м’яча в парах, трійках. Жонглювання м’ячем. | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Теоретичний матеріал:  жонглювання м’ячем. | | <https://www.youtube.com/watch?v=iVaMGTVWXDY>  <https://www.youtube.com/watch?v=vzCtZ9KBQCY> | |
| 3 | Кулик Н.Є | Фізична культура | | 17.04.2020 | Передачі м’яча в парах, трійках. Жонглювання м’ячем. | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Теоретичний матеріал:  жонглювання м’ячем. | | <https://www.youtube.com/watch?v=icwEAJm3U7k>  <https://www.youtube.com/watch?v=vzCtZ9KBQCY> | |
| Додаток №1  Рухлива гра належить до таких проявів ігрової діяльності, в яких яскраво виражена роль рухів. Для рухливих ігор характерні творчі, активні рухові дії, мотивовані сюжетом. Вони спрямовуються на подолання різних труднощів на шляху до досягнення поставленої мети.  Рухливі ігри, як правило, не вимагають від дітей спеціальної підготовки. Саме завдяки цій чудовій властивості рухливі ігри, особливо з елементами змагання, більше, ніж інші форми фізичного виховання, відповідають потребам організму. Під час проведення рухливих ігор формуються витримка, самовладання, правильне реагування на невдачу.  Ігри з активними, енергійними, багаторазово повторюваними руховими діями сприяють вдосконаленню найважливіших систем і функцій організму. У практиці широко використовуються різноманітні ігри, зокрема народні рухливі ігри, які мають давню історію, та активно використовуються в руховій діяльності.  У грі одночасно здійснюється фізичне, розумове, моральне, естетичне і трудове виховання. Активна рухова діяльність і позитивні емоції, викликані нею, підсилюють усі фізіологічні процеси в організмі, поліпшують роботу усіх органів і систем. Несподівані ситуації, що виникли під час гри, привчають дітей доцільно використовувати набуті рухові навички і уміння.  У рухливих іграх створюються найсприятливіші умови для виховання фізичних якостей. Рухливі ігри позитивно впливають на розумовий розвиток дітей, організаторські навички, формування особливості. При проведенні рухливих ігор в силу їх специфічності насамперед вирішуються задачі власне фізичного виховання. В іграх діти відображають накопичений досвід, поглиблюють, закріплюють своє уявлення про уявні дії, про життя. Дитина, як і дорослий, пізнає світ у процесі діяльності. Заняття іграми збагачують учасників новими відчуттями, уявленнями, поняттями. | | | | | | | | | |
| **5 клас (II група - дівчата)** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | | Фізична культура | 14.04.2020 | Пересування в стійці волейболіста приставними кроками.  Прийом м’яча знизу від стінки.  Передача м’яча обома руками зверху в колонах. | | Перегляд навчального матеріалу:  пересування в стійці волейболіста приставними кроками.  Провести комплекс ранкової гімнастики. | | <https://www.youtube.com/watch?v=fKLLEMYk4NU&feature=youtu.be>  <https://www.youtube.com/watch?v=vUEYEo_r4K0>  <https://www.youtube.com/watch?v=BUY8FM0o52c> |
| **Додаток №1**  **Опис техніки виконання**  Руки зігнуті в ліктьових суглобах, кисті перед обличчям, пальці розведені й спрямовані вгору, лікті спрямовані вперед-всторони, ноги зігнуті в колінах і розставлені, одна нога спереду, тулуб трохи нахилений вперед.  https://sites.google.com/site/fizkultskarb/_/rsrc/1424028543933/home/privet/volejbol/peredaca-m-aca-zverhu-dvoma-rukami/%D0%B9.jpg?height=152&width=200 https://sites.google.com/site/fizkultskarb/_/rsrc/1424024314339/home/privet/volejbol/peredaca-m-aca-zverhu-dvoma-rukami/1.jpg?height=198&width=200    У момент передачі м'яча ноги й руки випрямляють, пальцями торкаються м'яча, зм'ягшують поступовий рух, кисті в положенні тильного згинання, вони міцно охоплюють м'яч ззаду-знизу, утворюючи своєрідну «воронку» .  Основне навантаження при передачі падає на вказівні й середні пальці, решта пальців виконують допоміжну функцію. Передача виконується за рахунок розгинання ніг, тулуба і рук, при цьому м'ячу надається поступальний рух вгору-вперед. У заключній фазі передачі повністю розгинають ноги, тулуб і руки, а кистями супроводжують м'яч. | | | | | | | | | |
| **6 клас (II група - дівчата)** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | | Фізична культура | 15.04.2020 | Прийом м’яча знизу після виконання нижньої прямої (бокової) подачі від стіни. | | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Перегляд навчального матеріалу: прийом м’яча знизу | | <https://www.youtube.com/watch?v=Agcc8O4vfPE>  <https://www.youtube.com/watch?v=fKLLEMYk4NU&feature=youtu.be> |
| 2 | Кулик Н.Є. | | Фізична культура | 17.04.2020 | Прийом м’яча обома руками знизу після переміщення.  Прийом м’яча знизу після виконання нижньої прямої (бокової) подачі від стіни. | | Провести комплекс ранкової гімнастики. | | <https://www.youtube.com/watch?v=Agcc8O4vfPE>  <https://www.youtube.com/watch?v=fKLLEMYk4NU&feature=youtu.be> |
| **8-А** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | | Фізична культура | 13.04.2020 | Виконання прямої верхньої подачі.  Прийом прямої верхньої подачі. | | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Пройти спортивну вікторину | | <https://www.youtube.com/watch?v=4M_1Lbk1-Eg> дівчата  <https://www.youtube.com/watch?v=Z4ziWoCuf5g> хлопці  <https://www.youtube.com/watch?v=fKLLEMYk4NU&feature=youtu.be>  Додаток №1 |
| 2 | Кулик Н.Є. | | Фізична культура | 14.04.2020 | Техніка подавання м’яча з верху та з низу.  Техніка прийому м’яча з подачі. | | Провести комплекс ранкової гімнастики. | | <https://www.youtube.com/watch?v=4M_1Lbk1-Eg> дівчата  <https://www.youtube.com/watch?v=Z4ziWoCuf5g> хлопці  <https://www.youtube.com/watch?v=Fxxaf-ZjRW0> |
| 3 | Кулик Н.Є. | | Фізична культура | 15.04.2020 | Взаємодія гравців під час прийому та передаці м’яча.  Навчальна гра. | | Провести комплекс ранкової гімнастики. | | <https://www.youtube.com/watch?v=4M_1Lbk1-Eg> дівчата  <https://www.youtube.com/watch?v=Z4ziWoCuf5g> хлопці |
| Додаток №1  **Спортивна вікторина**  1. Вибери ігрові види спорту  а) плавання б) сноуборд в) хокей г) біатлон  2.   Яке ігрове поле найменше?  а) футбольне б) гандбольне в) волейбольне г) хокейне  3.   Які види спорту не відносяться до літніх?  а) Амеріканський футбол б) Гольф в) біатлон г) стрільба з лука  4.   Як називається людина, яка випускає спортсменів на старт.  а) Пістолетчик б) Секретар в) Стартер г) Секундометист  5.   Як називається бігун на короткі дистанції?  а) стаєр б) спрінтер в) марафонщик г) середньовик  6.   Яка довжина марафонської дистанції?  а) 34км 167м б) 42км 195 м в) 49км5 00 м г) 16 км 269м  7.   Скільки кроків з мя'чем можно зробити в баскетболі?  а) 7 б) 1 в) 3 г) 2  8.   Що зображено на олімпійському прапорі?  а) голуб б) павлин в) дуб г) кільця  9.    На честь якого божества запироводилилсь Олімпійські ігри  а) Афродіти б) Посейдона в) Зевса г) Велеса  Ключ до тесту:   1. в (5 балів) 5. б (5 балів) 7. г (5 балів) 2. в (5 балів) 6. б (5 балів) 8. г (5 балів)   3. в (5 балів)  4. в (5 балів)  9. в (5 балів)  Додаток №2  <https://naurok.com.ua/ukra-na-na-olimpiyskih-igrah-ch-1-atlanta-1996-168443.html> [**Україна на Олімпійських іграх. Ч.1 Атланта 1996**](https://naurok.com.ua/ukra-na-na-olimpiyskih-igrah-ch-1-atlanta-1996-168443.html) | | | | | | | | | |
| **9 клас (II група - дівчата)** | | | | | | | | | |
| 1 | Кулик Н.Є. | | Фізична культура | 15.04.2020 | Верхня пряма подача.  Взаємодія гравців передньої і задньої лінії під час гри. | | Провести комплекс ранкової гімнастики. | | <https://www.youtube.com/watch?v=mzzPLx3NmZ0> |
| 2 | Кулик Н.Є. | | Фізична культура | 16.04.2020 | Взаємодія гравців під час прийому та передачі м’яча  Передача м’яча над собою двома руками зверху в колі діаметром 1м. | | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Перегляд матеріалу | | <https://www.youtube.com/watch?v=mzzPLx3NmZ0>  <https://www.youtube.com/watch?v=7qWWQiMQdb0> |
| 3 | Кулик Н.Є. | | Фізична культура | 17.04.2020 | Взаємодія гравців під час прийому та передачі м’яча  Передача м’яча над собою двома руками зверху в колі діаметром 1м. | | Провести комплекс ранкової гімнастики.  Перегляд матеріалу | | <https://www.youtube.com/watch?v=mzzPLx3NmZ0>  <https://www.youtube.com/watch?v=VshB8Vjpc5Y>  <https://www.youtube.com/watch?v=dWtsWeWNrHU>  <https://www.youtube.com/watch?v=PQh3gVGPXnQ> |

**Вікторина «Олімпійські знавці»**

1. В якій країні виникли Стародавні Олімпійські ігри?

а) Україна б) Чорногорія в) Греція г) Бразилія

2. Що зображено на Олімпійському прапорі

а) Голуб б) Орел в) Бігун г) Кільця

3. Скільки кілець зображено на Олімпійському прапорі?

а) 2 б) 6 в) 7 г) 5

4. Хто міг приймати участь у змаганнях?

а) усі бажаючі б) мешканці міста

в) вільні мешканці країни г) чоловіки та жінки, які були вільними

д) вільні чоловіки країни е) вільні жінки країни

5. На честь якого бога присвячувались стародавні Олімпійські ігри?

а) Гера б) Велес в) Зевс г) Посейдон

6. Стародавні Олімпійські ігри проводились

а) кожен рік б) один раз в три роки

в) один раз через чотири роки

г) через кожні шість роки

Ключ до тесту

1. в (2 балів) 2. г (2 балів) 3. г (2 балів) 4. д (2 балів) 5. в (2 балів) 6. в (5 балів)