Організація роботи вчителя на період карантину

З 21.04.2020 по 24.04.2020 Комунального закладу «Харківська санаторна школа №11»

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

|  |
| --- |
| **Вівторок** |
| **2-Б** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 21.04 | Ловіння і передача м’яча двома руками від грудей з місця з кроком, зі зміною місць. Ведення м’яча. | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ. Виконати вправи з м'ячем. | https://www.youtube.com/watch?v=5nLCpVu8MjQ |
| **3** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 21.04. | Метання малого м’яча, стоячи боком до напряму метання. Метання малого м’ячау горизонтальну ціль. | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ. Виконати вправи з м'ячем. | https://www.youtube.com/watch?v=5nLCpVu8MjQ |
| **1-А** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 21.04. | «Правила загартування організму людини. Рухливі ігри з малим м’ячем: «М’яч сусідові», «Влучно в ціль», та гра на увагу « Вгадай по голосу». | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ. Виконати вправи з м'ячем. | https://www.youtube.com/watch?v=5nLCpVu8MjQ |
| **2-А** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 21.04. | Ловіння і передача м’яча з місця двома руками від грудей. Передача м’яча двома руками з ударом об підлогу. | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ. Виконати вправи з м'ячем. | https://www.youtube.com/watch?v=5nLCpVu8MjQ |
| **6** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 21.04 | Значення гравців передньої та задньої ліній. Прийом м’яча знизу після виконання нижньої прямої (бокової) подачі від стіни. | Провести комплекс ранкової гімнастики.Перегляд фільму про 9-разового Олімпійського чемпіона з легкої атлетики Усейна Болта | <https://www.youtube.com/watch?v=GoDkzdxphks>https://gidonline.io/film/ya-bolt/ |
| **7-Б** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 21.04. | Передача і прийом м’яча двома руками зверху в парах,в колонах, в зустрічних колонах, з пересуванням по майданчику. | Провести комплекс ранкової гімнастики. Перегляд фільму про 9-разового Олімпійського чемпіона з легкої атлетики Усейна Болта | <https://www.youtube.com/watch?v=GoDkzdxphks>https://gidonline.io/film/ya-bolt/ |
| **5** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 21.04. | Прийом м’яча знизу над із накидання партнера. Передача м’яча обома руками зверху в колонах. | Провести комплекс ранкової гімнастики.Перегляд фільму про 9-разового Олімпійського чемпіона з легкої атлетики Усейна Болта | <https://www.youtube.com/watch?v=GoDkzdxphks>https://gidonline.io/film/ya-bolt/ |

|  |
| --- |
| **Середа** |
| **6** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 22.04 | Шкідливі звички та їх вплив на здоров’я людини. Передача м’яча обома руками зверху від стіни. Прийом м’яча обома руками знизу від стіни. | Виконати комплекс вправ для розвитку координації. | https://www.youtube.com/watch?v=CK80R-Lr7Z4 |
|  **9** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 22.04 | Чергування прийому і передачі м’яча. Прямий нападаючий удар на пониженій сітці, м’яч підкидує партнер біля сітки. Блокування.  | Провести комплекс ранкової гімнастики. Перегляд фільму про 9-разового Олімпійського чемпіона з легкої атлетики Усейна Болта | <https://www.youtube.com/watch?v=GoDkzdxphks>https://gidonline.io/film/ya-bolt/ |
| **3** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 22.04 | Видатні легкоатлети України. Стрибок у довжину з місця, з короткого розбігу (5-7 кроків). Метання малого м’яча у вертикальну ціль на висоті 2 м. з відстані до 8 м. (хлопці) та до 6 м. (дівчата). | Виконати комплекс вправ ранкової гімнастики. | https://www.youtube.com/watch?v=Frt9WCVb6Mc |
| **2-Б** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 22.04 | Повільний біг до 300 м. Вправи на координацію, гнучкість, силу.  | Провести комплекс вправ для розвитку координації. | https://www.youtube.com/watch?v=Ciw9tlRy8Kw |
| **7-А** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 22.04. | Передача і прийом м’яча двома руками зверху в парах, з пересуванням по майданчику. Верхня пряма подача в стіну, на партнера. | Провести комплекс ранкової гімнастики. Перегляд фільму про 9-разового Олімпійського чемпіона з легкої атлетики Усейна Болта | <https://www.youtube.com/watch?v=GoDkzdxphks>https://gidonline.io/film/ya-bolt/ |
| **7-Б** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 22.04. | Передача і прийом м’яча двома руками зверху в парах, в зустрічних колонах, з пересуванням по майданчику. Нижня пряма або бокова подачі. | Виконати комплекс вправ для розвитку координації. | https://www.youtube.com/watch?v=CK80R-Lr7Z4 |
| **8-Б** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 22.04. | Техніка подавання м’яча зверху та знизу. Техніка прийому м’яча з подачі. | Провести комплекс ранкової гімнастики. Перегляд фільму про 9-разового Олімпійського чемпіона з легкої атлетики Усейна Болта | <https://www.youtube.com/watch?v=GoDkzdxphks>https://gidonline.io/film/ya-bolt/ |
| **Четвер** |
| **2-А** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 23.04 | Основні правила гри у футбол. Удари внутрішньою стороною стопи по м’ячу, що котиться. Зупинка м’яча підошвою та внутрішньою стороною стопи. | Провести комплекс ранкової гімнастики. | https://www.youtube.com/watch?v=Frt9WCVb6Mc |
| **2-Б** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 23.04. | Бесіда: «Фізичні вправи – обов’язкова частина побуту стародавніх людей». Ведення м’яча внутрішньою та зовнішньою частиною підйому. Зупинка м’яча підошвою.  | Виконати комплекс вправ ранкової гімнастики. | https://www.youtube.com/watch?v=Frt9WCVb6Mc |
| **8-Б** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 23.04. | Прийом та передача м’яча двома руками знизу через сітку в парах. Імітація прямого нападаючого удару та одиночного блокування. | Виконати комплекс вправ для розвитку координації. | https://www.youtube.com/watch?v=CK80R-Lr7Z4 |
| **5** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 23.04 |  Передача м’яча обома руками зверху в зустрічних колонах. Прийом м’яча знизу над із накидання партнера. | Виконати комплекс вправ для розвитку координації. | https://www.youtube.com/watch?v=CK80R-Lr7Z4 |
| **9** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 23.04. | Чергування прийому і передачі м’яча. Прийом м’яча з верхньої та нижньої подачі. Блокування.  | Виконати комплекс вправ для розвитку координації. | https://www.youtube.com/watch?v=CK80R-Lr7Z4 |
| **7-Б** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 23.04. | Передача і прийом м’яча двома руками зверху в парах, з пересуванням по майданчику. Верхня пряма подача в стіну, на партнера. | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ.  | https://www.youtube.com/watch?v=lps6FAZdNFM |
| **П’ятниця** |
| **6** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 24.04 | Передача м’яча обома руками зверху від стіни. Нижня пряма та бокова подачі.  | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ. | https://www.youtube.com/watch?v=lps6FAZdNFM |
| **9** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 24.04. | Шкідливість паління для здоров’я людини. Гігієнічні вимоги до і після уроку фізичної культури. Біг з високого старту по дистанції 30 м. у рівномірному темпі. | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ.  | https://www.youtube.com/watch?v=lps6FAZdNFM |
| **1-А** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 24.04. | Імітація кидка малого м’яча. Метання малого м’яча правою і лівою рукою, стоячи на місці. | Виконати комплекс вправ ранкової гімнастики. | https://www.youtube.com/watch?v=Frt9WCVb6Mc |
| **2-А** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 24.04. | Вправи з великим м’ячем. Удари внутрішньою стороною стопи. Зупинка м’яча підошвою та внутрішньою стороною стопи.  | Виконати комплекс вправ ранкової гімнастики. | https://www.youtube.com/watch?v=Frt9WCVb6Mc |
| **5** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 24.04 | Передача м’яча обома руками зверху в зустрічних колонах. Прийом м’яча знизу над собою.  | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ.  | https://www.youtube.com/watch?v=lps6FAZdNFM |
| **8-Б** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 24.04. | Взаємодія гравців під час прийому та передачі м’яча. Прийом м’яча від сітки. Навчальна гра. | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ.  | https://www.youtube.com/watch?v=lps6FAZdNFM |
| **7-А** | ПоповЕ. О. | Фізична культура | 24.04. | Верхня пряма подача в стіну, на партнера. Навчальна гра волейбол. | Виконати комплекс загальнорозвивальних вправ.  | https://www.youtube.com/watch?v=lps6FAZdNFM |