Організація роботи вчителя на період карантину

З 13.04.2020 по 17.04.2020 Комунального закладу «Харківська санаторна школа №11»

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Понеділок** | | | | | | | |
| **1-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 13.04 | Вправи з малим м’ячем. | | Виконати комплекс вправ ранкової гімнастики | https://www.youtube.com/watch?v=dJ09KfBBPHQ |
| **3** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 13.04. | Біг із високого старту на 30 м. ( з чергуванням на ходьбу). Метання м’яча стоячи боком до напряму метання. | | Виконати комплекс вправ ранкової гімнастики | https://www.youtube.com/watch?v=dJ09KfBBPHQ |
| **2-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 13.04. | Повільний біг до 300 м. Вправи на координацію , гнучкість, силу. | | Виконати комплекс вправ ранкової гімнастики | https://www.youtube.com/watch?v=dJ09KfBBPHQ |
| **7-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 13.04 | Прийом м’яча знизу від стіни (відстань 2 м) та в парах. Техніка прямої нижньої подачі. | | Повторити комплекс загально розвивальних вправ. | https://www.youtube.com/watch?v=6uaRoW222-0 |
| **Вівторок** | | | | | | | |
| **2-Б** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 14.04 | | Твоя особиста гігієна. Рухливі ігри: «Совонька», «Увага ! Увага! Акула!» , естафета « Саджання картоплі», « Лисиця і Заєць». | Виконати комплекс вправ ранкової гімнастики | https://www.youtube.com/watch?v=dJ09KfBBPHQ |
| **3** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 14.04. | | Значення рухливих ігор на розвиток дитини. Рухливі ігри: «Мисливці та качки», «Світлофор» та естафета « Кокосовий теніс». | Виконати комплекс вправ для профілактики плоскостопості. | https://www.youtube.com/watch?v=JzlIX8nO2rg |
| **1-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 14.04. | | Вправи для формування пози. Вправи з малим м’ячем | Виконати комплекс вправ для профілактики плоскостопості. | https://www.youtube.com/watch?v=JzlIX8nO2rg |
| **2-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 14.04. | | Ловіння і передача м’яча з місця двома руками від грудей.  Передача м’яча двома руками з ударом об підлогу. | Виконати комплекс вправ для профілактики плоскостопості. | https://www.youtube.com/watch?v=JzlIX8nO2rg |
| **6** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 14.04 | | Пересування в стійці волейболіста приставними кроками. Прийом м’яча знизу від стінки. Передача м’яча обома руками зверху в колонах. | Повторити комплекс загально розвивальних вправ. | https://www.youtube.com/watch?v=6uaRoW222-0 |
| **7-Б** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 14.04. | | Техніка прямої нижньої подачі. | Повторити комплекс загально розвивальних вправ. | https://www.youtube.com/watch?v=6uaRoW222-0 |
| **5** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 14.04. | | Прийом м’яча знизу над собою. Передача м’яча обома руками зверху в парах. | Повторити комплекс загально розвивальних вправ. | https://www.youtube.com/watch?v=6uaRoW222-0 |

**Середа**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | | | |
| **6** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 15.04 | Прийом м’яча знизу після виконання нижньої прямої ( бокової) подачі від стіни. | | Виконати комплекс вправ для розвитку гнучкості. | https://www.youtube.com/watch?v=bq1EvFMGRWY |
| **9** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 15.04 | Взаємодія гравців під час прийому та передачі м’яча. Передача м’яча над собою двома руками зверху в колі діаметром 1 м. | | Повторити комплекс загально розвивальних вправ. | https://www.youtube.com/watch?v=6uaRoW222-0 |
| **3** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 15.04 | Біг із високого старту на 30 м. ( з чергуванням на ходьбу). Метання м’яча стоячи боком до напряму метання. | | Перегляд мультфільму про значення фізичної культури для здоров’я. | https://www.youtube.com/watch?v=oNrw35yR\_rA |
| **2-Б** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 15.04 | Ловіння і передача м’яча з місця двома руками від грудей.  передача м’яча двома руками з ударом об підлогу. Ведення м’яча. | | Виконати комплекс вправ для профілактики плоскостопості. | https://www.youtube.com/watch?v=JzlIX8nO2rg |
| **7-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 15.04. | Прийом і передача м’яча двома руками зверху на місці, в парах, в колонах, в зустрічних колонах, з пересуванням по майданчику. | | Виконати комплекс вправ для розвитку гнучкості. | https://www.youtube.com/watch?v=bq1EvFMGRWY |
| **7-Б** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 15.04. | Прийом м’яча знизу від стіни (відстань 2 м) та в парах. Техніка прямої нижньої подачі. | | Виконати комплекс вправ для розвитку гнучкості. | https://www.youtube.com/watch?v=bq1EvFMGRWY |
| **8-Б** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 15.04. | Техніка прямої верхньої подачі. Взаємодія гравців під час прийому та передачі м’яча. | | Повторити комплекс загально розвивальних вправ. | https://www.youtube.com/watch?v=6uaRoW222-0 |
| **2-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 16.04 | Бесіда: « Фізичні вправи - обов’язкова частина побуту стародавніх людей».Ведення м’яча внутрішньою та зовнішньою частиною підйому. Зупинка м’яча підошвою. | | Виконати комплекс вправ для профілактики плоскостопості. | https://www.youtube.com/watch?v=JzlIX8nO2rg |
| **2-Б** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 16.04. | 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. | | Перегляд мультфільму про значення фізичної культури для здоров’я. | https://www.youtube.com/watch?v=oNrw35yR\_rA |
| **8-Б** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 16.04. | Взаємодія гравців під час прийому та передачі м’яча. Навчальна гра. | | Виконати комплекс вправ для розвитку гнучкості. | https://www.youtube.com/watch?v=bq1EvFMGRWY |
| **5** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 16.04 | Прийом м’яча знизу від стінки. Передача м’яча обома руками зверху в колонах. | | Виконати комплекс вправ для розвитку гнучкості. | https://www.youtube.com/watch?v=bq1EvFMGRWY |
| **9** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 16.04. | Взаємодія гравців під час прийому та передачі м’яча. Передача м’яча над собою двома руками зверху в колі діаметром 1 м. | | Виконати комплекс вправ для розвитку гнучкості. | <https://www.youtube.com/watch?v=bq1EvFMGRWY>  https://www.youtube.com/watch?v=Bz2L95t2G\_M |
| **7-Б** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 16.04. | Прийом м’яча знизу від стіни (відстань 2 м) та в парах. Техніка прямої нижньої подачі. | | Виконати комплекс вправ для рівноваги та балансу тіла.. Перегляд фільму про фігурне катання | <https://kinokrad.co/324212-ljod-2018.html>  https://www.youtube.com/watch?v=Bz2L95t2G\_M |
| **П**’ятниця | | | | | | | |
| **6** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 17.04 | Прийом м’яча обома руками знизу після переміщення. Прийом м’яча знизу після виконання нижньої прямої ( бокової) подачі від стіни. | | Виконати комплекс вправ для рівноваги та балансу тіла.. Перегляд фільму про фігурне катання | <https://kinokrad.co/324212-ljod-2018.html>  https://www.youtube.com/watch?v=Bz2L95t2G\_M |
| **9** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 17.04. | Чергування прийому та передачі м’яча. Прямий нападаючий удар на пониженій сітці, м’яч підкидує партнер біля сітки. | | Виконати комплекс вправ для рівноваги та балансу тіла.. Перегляд фільму про фігурне катання | <https://kinokrad.co/324212-ljod-2018.html>  https://www.youtube.com/watch?v=Bz2L95t2G\_M |
| **1-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 17.04. | Вправи для профілактики плоскостопості. Вправи з малим м’ячем | | Перегляд мультфільму про значення фізичної культури для здоров’я. | https://www.youtube.com/watch?v=oNrw35yR\_rA |
| **2-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 17.04. | | Значення занять фізичними вправами на свіжому повітрі. Рухливі ігри : « М’яч сусідові» , «М’яч середньому» та естафета «Збирання ананасів». | Перегляд мультфільму про значення фізичної культури для здоров’я. | https://www.youtube.com/watch?v=oNrw35yR\_rA |
| **5** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 17.04 | | Прийом м’яча знизу із накидання партнера. Передача м’яча обома руками зверху в колонах. | Виконати комплекс вправ для рівноваги та балансу тіла.. Перегляд фільму про фігурне катання | <https://kinokrad.co/324212-ljod-2018.html>  https://www.youtube.com/watch?v=Bz2L95t2G\_M |
| **8-Б** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 17.04. | | Виконання прямої верхньої подачі. Прийом прямої верхньої подачі. | Виконати комплекс вправ для рівноваги та балансу тіла. Перегляд фільму про фігурне катання | <https://kinokrad.co/324212-ljod-2018.html>  https://www.youtube.com/watch?v=Bz2L95t2G\_M |
| **7-А** | Попов  Е. О. | Фізична культура | 17.04. | | Прийом і передача м’яча двома руками зверху в парах  з пересуванням по майданчику. Верхня пряма подача в стіну, на партнера. | Виконати комплекс вправ для рівноваги та балансу тіла. Перегляд фільму про фігурне катання | <https://kinokrad.co/324212-ljod-2018.html>  https://www.youtube.com/watch?v=Bz2L95t2G\_M |