

РАСПИСАНИЕ ВНЕУРОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ 2-А КЛАССА на 17.04.2020

Пятница 17.04.202	Урок	Время	Способ	Предмет	Тема	Ресурс	Домашнее задание
		9-20-9-50	Самостоятельная работа +ЭОР	Спортивный класс	Здоровый образ жизни	<p>Шахматные задачи для начинающих</p> <p>Посмотреть видео по ссылке:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=FbDyXKqquws</p> <p>При отсутствии интернета провести шахматный мини-турнир</p>	Не предусмотрено

		10-10-10-40	Самостоятельная работа	Спортивный класс	Разминка	<p>Комплекс упражнений</p> <p>Повторность каждого упражнения 6-10 раз.</p> <p>1.И.П.(Исходное положение) - стоя, руки вдоль туловища. Ходьба на месте, ускоряя темп, затем замедляя. 1 мин.</p> <p>2.И.П.- стоя, руки поднять вверх, ногу отвести назад на носок – прогнуться- вдох, руки опустить, ногу приставить – выдох.</p> <p>3.И.П.- стоя, руки отведены в стороны, круговые движения рук в плечевых суставах вперед и назад, дыхание не задерживать.</p> <p>4.И.П. – ноги врозь, правая рука вверх, два наклона пружинисто влево, изменить положение рук.</p> <p>5.И.П.- стоя, развести руки в стороны - вдох, обхватить себя за плечи – выдох удлиненный.</p> <p>6.И.П.- стоя, ноги врозь, руки на пояс. Выпад в сторону, руки вперед – выдох, вернуться в И.П.- вдох.</p> <p>7.И.П.- стоя. Руки прямые перед собой, носком левой ноги достать правую кисть, ногу в коленях не сгибать.</p> <p>8.И.П.- стоя, руки опущены. Прыжком ноги врозь, хлопок руками над головой.</p> <p>9.И.П.-стоя, легкий бег на месте с переходом на ходьбу. 30 сек.</p> <p>10.И.П.- стоя, руки вдоль туловища, развести руки в стороны – вдох слегка наклониться вперед, расслабленные руки опустить покачать ими – выдох</p>	
--	--	-------------	------------------------	------------------	----------	--	--

		13.15-13.45	Самостоятельная работа +ЭОР	Я познаю мир	Африка	<p>Посмотреть видеоролик по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=9woP_6sDlnE</p> <p>Если нет интернета:</p> <p>Нарисовать животных обитающих в Африке</p>	Не предусмотрено
--	--	-------------	-----------------------------	--------------	--------	--	------------------