

Расписание внеурочной деятельности__3 Б_класса на 20.04.2020 и 24.04.2020.

20.04.	Урок	Время	Способ	Предмет	Тема урока	Ресурс	Д/З
		13.15-13.45	С помощью ЭОР	Фигурное катание Пыринова Н.В	Наклоны вперёд (складка), шпагаты	Ресурсы youtube. https://www.youtube.com/watch?v=-fMczC1mlhw При отсутствии технической возможности просмотра: Наклон в широкую складку стоя: -Расставьте широко ноги, стопы заверните внутрь (плугом), медленно наклоняйтесь вперед, руками удерживайте ноги, головой тянитесь к полу, копчиком вверх. -Представьте, что стопами хотите полстянуть к середине (это позволит напрячь приводящие мышцы бедер и предупредить излишнее вытяжение по внешней стороне икроножных мышц). -- Оставайтесь в этом положении несколько секунд, на каждом выдохе старайтесь наклон сделать более глубоким. Повторите упражнение несколько раз. -Будьте осторожны - следите за равновесием, выполняйте на ровной поверхности.	Не предусмотрено

21.04.	Урок	Время	Способ	Предмет	Тема урока	Ресурс	Д/З
			С	Внеурочная	Жигулёвский	1.Ресурсы youtube.	Не

		13.15-13.45	помощь ЭОР	деятельность «Краеведение» Пыринова Н.В	заповедник в Самарской области.	https://www.youtube.com/watch?v=VE1MgoodxrE При отсутствии технической возможности просмотра: Нарисовать как вы представляете Жигулёвские горы (если видели, воспроизведите по памяти)	предусмотрено
--	--	--------------------	------------	--	---------------------------------	---	---------------

22.04.	Урок	Время	Способ	Предмет	Тема урока	Ресурс	Д/З
		13.15-13.45	С помощью ЭОР	Хоровая студия. Комиссарова Е.В.	Концертная деятельность	Ресурсы youtube. https://www.youtube.com/watch?v=xE-ou0lvb5Q При отсутствии технической возможности просмотра: разучивание песни о весне.	Не предусмотрено

23.04.	Урок	Время	Способ	Предмет	Тема урока	Ресурс	Д/З
		13.15-13.45	С помощью ЭОР	Я познаю мир Пыринова Н.В	Екатерина Великая	Ресурсы youtube. https://www.youtube.com/watch?v=Rr6viUfiXks При отсутствии технической возможности просмотра:	Не предусмотрено

						Екатерина II была величайшей русской императрицей. При ее долгом правлении Российская империя значительно увеличилась и окрепла, бурно развивалась наука и культура. Были возведены красивейшие дворцы.	
--	--	--	--	--	--	---	--

24.04.	Урок	Время	Способ	Предмет	Тема урока	Ресурс	Д/З
		13.15-13.45	С помощью ЭОР	Спортивный класс (аэробика) Пыринова Н.В	Игры на развитие сенсорной чувствительности	Ресурсы youtube. https://www.youtube.com/watch?v=15FrOOUrXYc При отсутствии технической возможности просмотра: Для развития сенсорной чувствительности упражнения : «Чудесный мешочек», «Платочек для куклы», «Узнай фигуру», «Найди пару», «Угадай, что внутри».	Не предусмотрено

24.04.	У ро к	Врем я	Способ	Предмет	Тема урока	Ресурс	Д/З
			С помощью ЭОР	Спортивный класс (футбол) Иванов Д В	Остановка мяча внутренней стороной стопы.	Ресурсы youtube. https://www.youtube.com/watch?v=pJTfh4tL2dw При отсутствии технической возможности просмотра: <u>Выполнить упражнения</u> При отсутствии технической возможности просмотра1Выполнить комплекс упражнений 1. Бег в течение 5-10 минут (можно на месте)2. Вращательные круговые движения сперва в одну, затем в другую сторону. Начинайте с головы, переходите к плечам, рукам, корпусу, тазу, коленям, голеностопу.3. Растяжка. Начинаем со стандартных наклонов вперед. Колени прямые, и ладонями нужно стремиться коснуться земли.	Не предусмотре но

--	--	--	--	--	--	--	--

24.04.		13.15-13.45	Самостоятельная работа.	Спортивный класс (шахматы) Немилюева К. И.	Шахматная тактика.	Ресурсы youtube. https://www.youtube.com/watch?v=bc4ySmvsDl0 При отсутствии технической возможности просмотра: Провести шахматный мини-турнир.	Не предусмотрено
---------------	--	--------------------	-------------------------	--	--------------------	--	------------------

24.04.		13.15 – 13.45	Самостоятельная работа	Спортивный класс (лёгкая атлетика) Царёва Л.К.	Развитие выносливости	Разминка: бег на месте в медленном темпе до 2 мин, общеразвивающие упражнения на месте. Бег на месте: с высоким подниманием бедра, прыжками.	Не предусмотрено
---------------	--	----------------------	------------------------	--	-----------------------	--	------------------