

Фізична культура
Учитель: Шкиря Людмила Юріївна
(тел.: +380681641058 (viber))

Дата	Клас	Тема	Завдання
11.04. 2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Стрибки у довжину з місця. Стрибки зі скакалкою. Ходьба: по підвищеній опорі приставними кроками правим і лівим боком. Стрибки в довжину з місця. Рухлива гра «Пень».	Тренуватися виконувати стрибки у довжину з місця та зі скакалкою.
12.04. 2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Ходьба: по підвищеній опорі приставними кроками правим і лівим боком. Стрибки в довжину з місця. Стрибки зі скакалкою. Рухлива гра «Переправа через річку».	Тренуватися виконувати стрибки зі скакалкою.
15.04. 2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Ходьба: по підвищеній опорі приставними кроками правим і лівим боком. Стрибки в довжину з місця. Стрибки зі скакалкою. Рухлива гра «Гречка»	Виконувати стрибки зі скакалкою.
18.04. 2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. «Човниковий» біг 4х9 м. Стрибки зі скакалкою. Стрибки в довжину з місця. Естафети з м'ячами.	Виконувати стрибки з місця, стрибки зі скакалкою.
19.04. 2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Ходьба: із зупинкою за сигналом. Біг із різних вихідних положень. Стрибки в довжину з місця. Стрибки зі скакалкою. Рухлива гра «У річку, гоп».	Виконувати стрибки з місця, стрибки зі скакалкою.
22.04. 2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ.. Біг з високого старту. Стрибки в довжину з місця. Стрибки зі скакалкою. Рухлива гра «Переправа через річку».	Виконувати стрибки з місця, стрибки зі скакалкою.