

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

<b>Дата</b>	<b>Клас</b>	<b>Тема</b>	<b>Завдання</b>
16.05. 2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Лазіння по гімнастичній лаві. «Човниковий біг» 4х9 м. Перелізання через перешкоди. Лазіння по канату. Рухлива гра «Ямки»	Виконувати комплекс ЗРВ.
17.05.2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Танцювальні кроки – «припадання», «притупування». Лазіння по канату. Перелізання через перешкоду. Рухлива гра «Білі ведмеді».	Тренуватися перелізати через перешкоду.
20.05. 2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ для ранкової гімнастики. Танцювальні кроки – «припадання», «притупування». Лазіння по канату. Перелізання через перешкоду. Естафети з м'ячами.	Вивчити танцювальні кроки.
23.05.2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Ходьба: по підвищеній опорі приставними кроками правим і лівим боком.	Тренуватися перелізати через перешкоду.

		Лазіння по гімнастичній лаві. «Човниковий біг» 4х9 м. Перелізання через перешкоди. Рухлива гра «Гуси - лебеді».	
24.05.2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. Лазіння по гімнастичній лаві. Пересування із зупинками за зоровим і слуховим сигналами. Перелізання через перешкоди. Лазіння по канату. Рухлива гра «Команда швидконогих»	Виконувати комплекс ранкової гімнастики.
25.05.2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. «Човниковий» біг 4х9 м. Танцювальні кроки – «полька» на місці групування. Лазіння по канату. Перелізання через перешкоди. Рухлива гра «Білі ведмеді».	Виконувати комплекс ЗРВ.
27.05.2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. <b>Визначення показників динаміки розвитку фізичних якостей учнів. Швидкості – біг до 30м.</b>	Виконувати комплекс ЗРВ.
30.05.2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. <b>Визначення показників динаміки розвитку фізичних</b>	Виконувати комплекс ЗРВ.

		<i>якостей учнів. Швидкості – біг до 30м.</i>	
31.05.2022р.		Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. <b>Визначення показників динаміки розвитку фізичних якостей учнів.</b> <b>Витривалості – біг у чергуванні з ходьбою до 1200 м.</b>	
02.06.2022р.	3 клас	Організаційні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ. <b>Визначення показників динаміки розвитку фізичних якостей учнів.</b> <b>Витривалості – біг у чергуванні з ходьбою до 1200 м. Підсумок за рік.</b>	