**Изменение в рабочих программах в условиях карантина с применением дистанционных технологий**

**Физическая культура 3класс 4 четверть**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Вид деятельности | Вид контроля и форма выполнения задания | Способ передачи работы учителю |
| 1. | Работа с мячом:  -ведение  -передача  -ловля и передача  -остановка прыжком, шагом | Смотреть урок на платформе Российская электронная школа  Урок 22 «Скорость, ловкость и сноровка»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/start/193458/>  Урок 31 «Немного истории - баскетбол»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/start/224225/>  Урок 32 «Передвижение в баскетболе»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/start/193670/>  Урок 33 «Я играю не один (передача мяча)» <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4464/start/193696/>  Урок 34 «Ведение баскетбольного мяча»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/start/224286/>  Урок 35 «Укрепляем руки, ноги, готовимся к игре»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4429/start/193842/>  Урок 36 «Учимся бросать в кольцо»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/>  Урок 37 «Итоговый урок «Главное в баскетболе»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3572/start/193991/>  Урок 38 «Немного истории «Мяч в воздухе» (волейбол)»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/start/194017/>  Урок 39 «Перемещение игрока в волейболе» <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6165/start/194074/>  Урок 40 «Разминка волейболиста»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4432/start/194100/>  Урок 41 «Верхний приём передачи мяча в паре, у стены»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/start/194126/>  Урок 42 «Нижний приём передачи мяча в паре, у стены»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/start/194152/>  Урок 43 «Подача снизу, боком»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/start/194178/>  Урок 44 «Итоговый урок. Путешествие в страну «Волейболию!»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6184/start/194204/>  Урок 46 «Стойки, перемещение, пас»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/> | Обязательное выполнение утренней зарядки  Выполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя,  WhatsApp  Можно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 2. | Подвижные игры  Футбол | Смотреть урок на платформе Российская электронная школа  Урок 15 «Национальные игры (в гостях у народов Севера)»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6176/start/193276/>  Урок 16 «Подвижные игры»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/start/193302/>  Урок 17 «Национальные игры (в гостях у народов Удмуртии)»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/start/193328/>  Урок18 «Игры моей Родины, какие они?»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/193380/>  Урок 19 "Итоговый урок по разделу «Игры для ловких и сообразительных»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/start/193406/>  Урок 45 «Немного истории –«Кожаный мяч!» (футбол)  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/start/197401/>  Урок 46 «Стойки, перемещения, пас»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/>  Урок 47 «Удар внутренней стороны стопы, «щечкой», пас, перемещение»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6110/start/194287/>  Урок 48 «Фигурное владение мячом»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5136/start/194376/>  Урок 49 «Лига футбольных чемпионов»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4511/start/194402/> | Обязательное выполнение утренней зарядки  Выполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя,  WhatsApp  Можно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 3. | Бег | Смотреть урок на платформе Российская электронная школа  Урок 12 «Челночный бег»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/>  Урок 13 «Бег на короткую дистанцию. Высокий старт»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/193223/> | Обязательное выполнение утренней зарядки  Выполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя,  WhatsApp  Можно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 4. | Прыжки | Смотреть урок на платформе Российская электронная школа  Урок 10 «Прыжок в длину. Прыжковые упражнения»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/>  Урок 11 «Прыжок в высоту с прямого разбега»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/start/226553/> | Обязательное выполнение утренней зарядки  Выполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя,  WhatsApp  Можно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 5. | Метание | Смотреть урок на платформе Российская электронная школа  Урок 9 «Метание в цель и на дальность»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/>  Урок 14 «Итоговый урок. Мы быстрые и меткие»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/start/193250/> | Обязательное выполнение утренней зарядки  Выполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя,  WhatsApp  Можно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 6. | Плавание | Смотреть урок на платформе Российская электронная школа  Урок 50 «Я узнаю о бассейне»  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5135/start/194459/>  Урок 51 Итоговый урок по разделу  <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6432/start/194549/> | Обязательное выполнение утренней зарядки  Выполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя,  WhatsApp  Можно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 7. | Ознакомление со способами закаливания организма (воздушные ванны). | <https://znayka.pw/uchebniki/4-klass/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah-v-i/> - ссылка для скачивания учебного пособия УМК «Школа России»: Лях В. И. Физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений/ В. И. Лях. – Москва, «Просвещение»  Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений.  Прочитать текст в учебнике   * «Бодрость, грация, координация» - стр. 107-112 * Комплекс 1 (без предмета) – стр.112-113 * Комплекс 2 (с палкой) – стр.113 * Комплекс 3 (с мячом) – стр.114 * «Если захочешь сам составить комплекс» - стр.115 * Комплекс 1 (в положении стоя) – стр. 116-117 * Комплекс 2 (в положении сидя на стуле) – стр. 117-118 * Твои физические способности» - стр. 137-143 * Разработать комплекс упражнений для глаз«Играем все!» - стр.128-136 * Разучить 2 игры по выбору | Обязательное выполнение утренней зарядки  Оформить на Листе А4 правила игр, которые разучили  Оформить на Листе А4 комплекс упражнений для глаз. | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя,  WhatsApp  Можно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |