**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 школаУрок 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 зарядкиВыполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя, WhatsAppМожно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 2. | Подвижные игрыФутбол | Смотреть урок на платформе Российская электронная школаУрок 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 зарядкиВыполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя, WhatsAppМожно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 3. | Бег | Смотреть урок на платформе Российская электронная школаУрок 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 зарядкиВыполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя, WhatsAppМожно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 4. | Прыжки | Смотреть урок на платформе Российская электронная школаУрок 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 зарядкиВыполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя, WhatsAppМожно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 5. | Метание | Смотреть урок на платформе Российская электронная школаУрок 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 зарядкиВыполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя, WhatsAppМожно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |
| 6. | Плавание | Смотреть урок на платформе Российская электронная школаУрок 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 зарядкиВыполнение тренировочных заданий на платформе Российская электронная школа | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя, WhatsAppМожно 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 зарядкиОформить на Листе А4 правила игр, которые разучилиОформить на Листе А4 комплекс упражнений для глаз. | Отправить фото с выполненным заданием на электронную почту учителя, WhatsAppМожно переслать презентацию или скан (скриншот работы) |