

Фізична культура

3 год. на тиждень

Дата	Тема	Завдання
7.04	ЗРВ імітаційного характеру. Чергування ходіби та бігу до 1000 м. Рухливіігри.	Рухливі ігри.
8.04	Пересування приставними кроками правим, лівим боком. Фізичні вправи для формування постави, профілактики плоскостопості та відновлення організму.	Фізичні вправи для формування постави
10.04.	Ознаки втоми під час виконання фізичних навантажень та засоби її уникнення. Метання м'яча у вертикальнуціль з відстані 8-10 м.	Метання м'яча у вертикальнуціль з відстані 8-10 м
14.04.	Загартування як засіб зміцнення здоров'я тапокращенняфізичногорозвитку.Біг 3х10 м.	.Біг 3х10 м.
15.04.	Різновиди «човникового» бігу 4*9 м. Метання малого м'яча у щит. Рухливіігри.	Метання малого м'яча у щит.
17.04.	ЗРВ нахили та повороти. Біг до 30 м із високого старту. Метання малого м'яча в горизонтальнуціль з відстані 6-8 м.	. Метання малого м'яча в горизонтальнуціль з відстані 6-8 м.
21.04.	ЗРВ зі скакалкою. Метання малого м'яча із-за голови на дальність.Рухливіігри.	Метання малого м'яча із-за голови на дальність.
22.04.	Різновиди ходьби та бігу. Метання м'ячів різної ваги на задану відстань.Рухливіігри.	Рухливіігри.
24.04.	Дитячий фітнес. Метання м'ячів різної ваги на однакову відстань.	Метання м'ячів різної ваги на однакову відстань.