Физическая культура 3 класс

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Материал к уроку | Домашнее задание | Почта учителя |
|  | Совершенствование ведения мяча**.** | РЭШ, физическая культура, 3 класс, урок 2 Физическая нагрузка и физические упражнения | Пройти тренировочный тест; составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий и выполнить его |  |
|  | Совершенствование ведения мяча**.** | РЭШ, физическая культура, 3 класс, урок 3 Закаливание: обливание, душ | Пройти тренировочный тест; составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий и выполнить его |  |
|  | Совершенствование ведения мяча*.* | РЭШ, физическая культура, 3 класс, урок 4 Режим дня. Физическое развитие и физическая подготовленность | Пройти тренировочный тест; составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий и выполнить его |  |
|  | Бег *(3 мин).* Чередование ходьбы, бега *(*Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. | РЭШ, физическая культура, 3 класс, урок 5 Осанка | Пройти тренировочный тест; составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий и выполнить его |  |
|  | Совершенствование *чередования ходьбы, бега.* | РЭШ, физическая культура, 3 класс, урок 6 Обобщающий урок «Физкультура –твой друг!» | Пройти тренировочный тест; составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий и выполнить его |  |
|  | Бег *(4 мин).* Чередование ходьбы, бега Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. | РЭШ, физическая культура, 3 класс, урок 7 История происхождения легкой атлетики. Легкоатлетические упражнения | Пройти тренировочный тест; составить комплекс упражнений для самостоятельных занятий и выполнить его |  |