|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | Организация дистанционного обучения в период с 18-20 мая  в 4 классе МОУ Скнятиновская ООШ | | | |
| 18 мая (4 класс) | | | | | |
| 1.Математика | Геометрические фигуры. | 1.Учебник стр. 96-97, повтори ,что ты уже знаешь о геометрических фигурах стр 125-126 .  2.№1,2письменно ответь на вопросы .  3.№ 3,4.,5,6,8.  4.10,11,12. | | 1.№ 1,  2,№3,4,5,8.  2.10,11,12 | Любым удобным способом на следующий день |
| 19 мая |  |  | |  |  |
| 1.Математика | Решение задач. | 1.Учебник стр 97 реши устно ,записывая только знак того действия ,которым решается задача .  2.Учебник стр 98 № 2,3,4,5 .  № 12,13,14,15. | | 1.№ 2.3,4,5.  2.!2,13,14,15. | Любым удобным способом на следующий день. |
| 2.Окружающий мир  20 мая | Славные символы России.  Такие разные праздники. | 1.Учебникстр 117-120.121-124 прочитать.  2.Выполнить задания стр 124.  3. Задания в тетради. | | 1.Выполнить задания в тетради.  2.Задания в учебнике стр 124. | Любым удобным способом на следующий день |
| 1.Математика | Решение примеров и задач. | 1.Учебник стр100 №23,  2.стр 101 № 28,29,30.  3.стр.102 № 35,36 | | № 23,28,29,30,  № 35,36. | Любым удобным  способом на следующий день |
|  |  |  |  | |  |
| **Организация дистанционного обучения в период с 18-20 мая в МОУ Скнятиновская ООШ во 2 классе** | | | | | |
| ***Дата /предмет*** | ***Тема урока*** | ***План урока(подробная пошаговая инструкция для ребёнка)*** | | ***Задания для проверки*** | ***Способ и дата передачи для проверки*** |
| **18 мая** | | | | | |
| 1.Литературное чтение | Ганс Христиан Андерсен « Принцесса на горошине» | 1.Прочитать стр 197-199 прочитать .  2.Ответить на вопросы стр 199.  3 Выполнить задания в тетради. | | Выполни задание в тетради письменно | Любым удобным способом на следующий день |
| 2.Математика | Деление на 3. | 1.Математика стр 92 № 1,2,3.  2.№ 4,5 .  3.стр 93 № 1,2,3 ,4,5. | | № 1,2,3,4,5,6 стр 92.  Выучи таблицу  Стр 93 № 1,2,3,4,5. | Любым удобным способом на следующий день |
| 3.Русский язык | Повторение .Слово | 1.Учебник стр.120-121 ответь на вопросы стр 120 письменно Упр 204,205,206,207 | | Упр.204.205,206,207 | Любым удобным способом на следующий день |
| 4.Литературное чтение на родном языке | Как хорошо уметь читать | 1.Учебник стр 200-209 прочитать .  2.Ответь на вопросы стр 208.  3.Выполни задания в тетради. | | 1. Ответы на вопросы.  2.Задания в тетради. | Любым удобным способом на следующий день |
| **19 мая**  1.Русский язык | Повторение . Части речи. | 1.Учебник стр. 122-124 ответь на вопросы стр 122.  2.Упр 209,210,211.212. | | Упр 209,210,211,  212. | Любым удобным способом на следующий день. |
| 2.Математика | Повторение .Решение примеров и задач. | 1.Учебник стр 94 № 1,2,3,4,5,9,10 | | № 1,2,3,5,9,10. | Любым удобным способом на следующий день |
| 3.Окружающий мир | Впереди лето | 1.Учебник стр .13--133 прочитать ,ответь на вопросы стр 133  2 .Выполни задания в тетради к этой теме | | Выполни задания в тетради по этой теме | Любым удобным способом на следующий день |
| 4. ИЗО | Радуга | 1.Нарисовать радугу.(акварель) | | Рисунок. | Любым способом на следующий день |
| **20 мая** | | | | | |
| 1.Математика | Повторение .Решение примеров и задач. | 1.Учебник стр 96-97 № 1,2,3.5,9,12. | | 1. стр 96-97 № 1,2,3,5,9.12. | Любым способом на следующий день |
| 2. Русский язык | Повторение .  Звуки и буквы. | 1.Учебник стр 126-127 упр 216,217,218.219. | | Упр 216,217,218,  219. | Любым способом на следующий день. |
| 3.Литературное чтение | Разноцветные страницы. | 1.Учебник стр 209 ответь на вопросы .  2.Прочитай стр 210-211.  3.Выполни задания в тетради. | | Ответь на вопросы письменно.  Задание в тетради. | Любым способом на следующий день. |
| 4.Русский язык | Повторение .Правила правописания. | 1.Учебник стр 127-128 упр 220-221,222. | | Упр 220.221,222. | Любым удобным способом на следующий день. |
|  |  |  | |  |  |

**Задания по физкультуре**

**2 класс 20 мая**

**Развитие скоростных способностей**

Урок посвящен изучению быстроты.

**Глоссарий:**

**Быстрота** – это умение человека выполнять какое-то двигательное действие с максимальной скоростью.

**Физические качества** – это различные стороны двигательных возможностей человека.

**Мышечная сила –** это способность мышцы преодолевать сопротивление.

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ**

Быстрота – одно из основных физических качеств человека. Быстрота – это умение человека выполнять какое-то двигательное действие с максимальной скоростью. Быстрота играет большую роль в жизни. Быстрота реагирования, быстрое совершение действий – важные качества для многих профессий. Это качество нужно развивать, выполняя специальные упражнения. Упражнение должно быть простым. Главное условие – это повторение и выполнение упражнения с максимальной скоростью.

Начнем с разминки на месте! Исходное положение: ноги на ширине плеч, стопы параллельно друг другу, руки на поясе.

1. Выполняем наклоны головы вправо и влево. Упражнение выполняем в медленном темпе, растягивая мышцы шеи. Делаем 10 повторов.
2. Затем выполняем наклоны головы вперёд и назад. Темп средний, 10 повторов.
3. Делаем повороты головы вправо и влево по 10 раз.
4. Выполняем наклоны туловища вправо – вперёд – влево 10 раз.
5. Делаем по 10 вращений плечами в каждую сторону.
6. Прямые руки перед собой. Выполняем махи ногами вперёд-назад по 10 раз каждой ногой.
7. Прямые руки перед собой. Выполняем махи ногами в сторону по 10 раз каждой ногой.

После разминки перейдём к выполнению упражнений для развития быстроты.

1. Начинаем бег с высоким подниманием бедра.
2. Переходим на бег прыжками с ноги на ногу.
3. Быстрый бег с переменами направлений.
4. Бег с ускорением до максимальной скорости.
5. Старт из различных **исходных**положений (стоя, сидя или лежа).

Восстанавливаем дыхание и переходим к следующим упражнениям. Эти упражнения мы будем выполнять с помощью теннисного мяча.

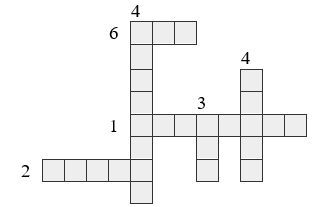
* Отбивайте мяч от стены и ловите его обеими руками.
* Усложните упражнение. Бросайте и ловите мяч сначала правой рукой, затем левой.
* Теперь попробуйте бросать мяч правой рукой, а ловить левой. А затем наоборот, бросайте мяч левой рукой, а ловите его правой.
* Теперь возьмите мячик и бросьте его высоко вверх. Ловите его двумя руками.
* Усложните упражнение. Бросайте и ловите мяч сначала правой рукой, затем левой.
* Научившись ловить мячик предыдущими способами, повторите все упражнения, добавив отскок мячика от пола.

Эти упражнения хорошо помогают развить быстроту, ловкость и координацию. Когда вы будете ловить мяч уверенно, увеличьте скорость выполнения упражнений. Это добавит сложности, и вы будете развиваться дальше.

***ЗАДАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО МОДУЛЯ***

**1. Быстрота**

**Разгадайте кроссворд.**

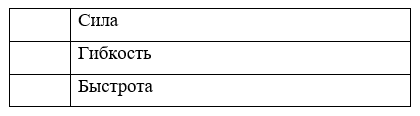


1. Выполняем её перед тренировкой.
2. Сложная профессия, для которой важна быстрота реагирования.
3. Нужен для многих упражнений и игр.
4. Умение выполнять какое-то действие с максимальной скоростью.
5. Конечный пункт дистанции.
6. Способ быстрого перемещения.

**2. Физические качества**

Выберите правильный вариант ответа.

Какое умение человека характеризуется выполнением двигательных действий с максимальной скоростью? (Ставим галочку напротив)



**3 класс 20 мая**

**Укрепляем мышцы рук и ног физическими упражнениями**

[**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/main/226292/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/main/226292/)

**Перечень вопросов, рассматриваемых в теме**

**Глоссарий**

**Физические качества** – различные двигательные возможности человека и то, насколько он ими владеет.

**Выносливость** – способность человека противостоять утомлению при физической нагрузке.

**Разминка**– подготовка организма к выполнению физических нагрузок.

**Скакалка** – спортивный снаряд, представляющий собой синтетический или кожаный шнур, предназначенный для выполнения прыжковых упражнений.

**Прыжки**– быстрое перемещение тела после отталкивания

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ**

Какое бы движение мы ни делали, работают наши мышцы. Даже чтобы моргнуть, вздохнуть или чихнуть, нам нужны мышцы.

В теле человека 3 типа мышц: скелетные (поперечно-полосатые) мышцы, гладкие мышцы и мышца сердца.

При беге, прыжках, ходьбе, плавании, при любых видимых движениях тела человека работают скелетные мышцы. Переваривание пищи происходит за счет гладких мышц. Наша главная мышца – сердце – обеспечивает сердцебиение, движение крови, за счет которого ко всем органам поступают кислород и питательные вещества.

Все мышцы человека имеют одинаковое строение и состоят из мышечных волокон и тончайших кровеносных сосудов - капилляров. Мышечные волокна обладают уникальной способностью сокращаться. При любых физических усилиях происходит сокращение мышц. При сокращении мышцы становятся толще и короче, а при расслаблении – длиннее и тоньше.

Когда мышцы сокращаются, кости, к которым они прикреплены, приводятся в движение.

В теле человека более 640 скелетных мышц. К костям скелетные мышцы присоединяются с помощью сухожилий.

За 10 лет тренировок можно увеличить свою мышечную массу на 50%. С ростом мышечной массы примерно на 50% сила мышц возрастёт в 2-4 раза.

Чтобы сделать мышцы сильными, надо чаще давать им нагрузку, иначе они станут вялыми и слабыми. Такой нагрузкой является любое движение, а лучше всего тренировать мышцы с помощью специальных упражнений. Регулярные тренировки помогают увеличить мышечную силу в несколько раз.

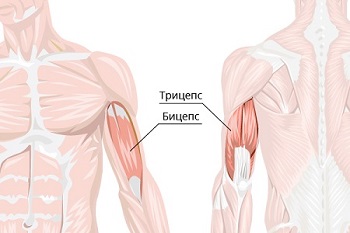
Человеку для полноценного развития необходимо регулярно выполнять упражнения на все группы мышц.

В этом уроке мы изучим упражнения для укрепления мышц рук и ног.

Но перед этим необходимо выполнить разминку, состоящую из следующих упражнений:

1. Упражнения для шеи. Встаньте прямо, ноги на ширине плеч, сделайте повороты шеей влево-вправо, вверх-вниз.
2. Упражнения для плеч и рук. Встаньте прямо, ноги на ширине плеч, поставьте руки на плечи и делайте вращательные движения по кругу.
3. Упражнение для корпуса. Встаньте прямо, поставьте ноги на ширину плеч, а руки на пояс, выполняйте вращение тазом по кругу сначала в одну сторону, затем в другую.
4. Упражнения для ног. Выполните поочередное поднятие ног с отведением в сторону.

Посмотрите на такие крупные мышцы рук, как бицепс и трицепс. Обратите внимание, что трицепс находится с тыльной стороны руки, а бицепс – впереди.



Теперь сделаем упражнения для мышц рук.

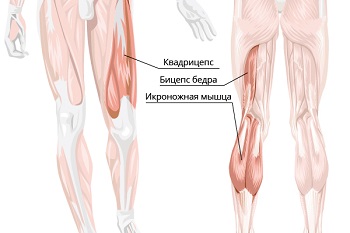
Начнем с упражнений для укрепления пальцев рук:

1. Сжимание и разжимание пальцев рук из различных положений.
2. Сжимание теннисного мяча из различных положений рук.
3. Отталкивание туловища пальцами рук от стены с хлопком.

Теперь тренируем более крупные мышцы:

1. Отжимания в упоре лежа
2. Упражнение в парах: передвижение на руках с поддержкой ног партнером.
3. Броски набивного мяча одной и двумя руками снизу вверх.
4. Броски набивного мяча двумя руками из-за головы на дальность.
5. Броски набивного мяча двумя руками от груди на дальность
6. Броски набивного мяча через сетку на точность

Познакомьтесь с такими мышцами ног, как квадрицепс, бицепс бедра и икроножные мышцы.



Упражнения для укрепления мышц ног:

1. Прыжки в приседе в правую и левую сторону, лицом и спиной вперед.
2. Прыжки вверх с разбега с касанием рукой подвешенных предметов.
3. Прыжки через скакалку на одной и двух ногах.
4. Приседания с набивным мячом.

**4 класс 20 мая**

**Итоговый урок. Развиваем ловкость, быстроту, смекалку!**

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3628/main/92244/>

**Перечень вопросов, рассматриваемых в теме**

Урок посвящён национальным подвижным играм и их особенностям, обычаям и традициям разных народов.

**Глоссарий**

**Водящий** – тот, кто водит в игре.

**Подвижная игра** – игра, в которой необходимо совершать разные движения и действовать по определенным для всех играющих правилам.

**Водящий** – тот, кто водит в игре.

**Считалка** – стишок для определения водящего.

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ**

Подвижные игры известны с давних пор: первые упоминания о них ученые нашли в летописях Древнего Египта. Сначала в подвижных играх принимали участие только взрослые. Для них это было особым набором упражнений, с помощью которых можно развивать ловкость, выносливость, хитрость. Позже игры изменились: в них появился интересный сюжет и веселые правила. Именно в такие подвижные игры начали играть дети.

Интерес к играм становился все больше, и люди стали делить их на подвижные и спортивные. Подвижные игры – это игры, в которых участники по определённым правилам совершают разные движения, например, бегают, прыгают, ловят мяч. Чтобы играть в подвижные игры, не нужно много тренироваться, готовиться и иметь специальную форму. В такие игры можно играть в любое время года и где угодно: на улице, в лесу, в школе и дома. К подвижным играм относятся салочки, прятки, жмурки и многие другие.

Спортивные игры отличаются от подвижных. В них важно количество участников – например, в футболе каждая команда состоит из 11 человек. В этих играх обязательно нужно знать и соблюдать все правила, поэтому на спортивных соревнованиях всегда есть судья. Он следит, чтобы участники не нарушали правил и играли в пределах площадки. Кроме этого, для спортивных игр нужен инвентарь,специальная площадка иформа. То есть спортивные игры – это соревнования, к которым нужно обязательно готовиться и тренироваться.К спортивным играм относятся: баскетбол, волейбол, хоккей, теннис и другие.

В каждой стране есть свои народные подвижные игры. В них люди отразили свой быт, традиции и праздники. Некоторые подвижные игры разных стран похожи: например, в жмурки играют в России, в Германии и Японии. Но они отличаются сюжетами – игры построены на старинных сказках, шутках, в них изображаются волшебные животные и герои легенд.

Все подвижные игры развивают находчивость, смелость, ловкость и сообразительность. А ещё в таких играх всегда используют считалочки, заклички и песенки.

В японских играх часто используется сюжет о животных и духах. Японцы верят, что за каждое явление в мире отвечает свой дух: например, есть дух воды, земли, ветра, растений. Духи бывают добрые и злые. Добрые духи помогают и защищают людей, а злые могут навредить, поэтому их нужно избегать.

Так в игре «Кагомэ» водящий изображает злого духа – демона, а участники игры – это добрые животные, которые хотят спрятаться от него. Чтобы отвлечь демона и не дать ему сосредоточиться, дети поют песню и водят вокруг хоровод.

Особенность японских игр в том, что кроме общих игр, есть игры только для девочек и отдельно для мальчиков. Например, в Японии есть игра, которая полностью повторяет русские салочки. Играют в нее только мальчики, а водящий снова изображает демона, который ловит участников.

Народные игры Германии по сюжету отличаются от японских. Немцы – жители Германии – известны своим трудолюбием. Поэтому в играх дети часто повторяют трудовые действия взрослых: работу по саду, уход за домашними животными, сбор урожая.

Также есть игры, сюжет которых рассказывает о разных профессиях – «Сапожник», «Ткачиха», «Крестьянин». В таких играх участники в веселой форме знакомятся с особенностями каждой профессии и в действиях повторяют работу сапожника или швеи.

Многие немецкие игры проводятся в определенные праздники и связаны с временами года. Например, в игру «Цветы» играют весной на свежем воздухе, а в «Ярмарку» осенью, когда по всей стране проходят ярмарки собранного урожая.

Сюжет русских народных игр рассказывает о мире животных и мире природы. Участники изображают зверей или птиц, бегают и прыгают друг за другом, стараясь поймать – это игры «Салочки», «Догонялки».

В некоторых русских подвижных играх дети знакомятся с фольклором и традициями. Например, в игре «Заря-заряница» водящий рассказывает участникам стихотворение, в котором заря изображается девушкой. Она ходила по небу и вдруг потеряла ключи от солнца. В таких играх мы знакомимся со старинными сказками и преданиями, в которые верили наши предки.

Перед каждой игрой ведущий обязательно собирал игроков, громко крича веселый стишок-зазывалку, например:

Тай, тай, налетай,

В интересную игру!

Всех принимаем

и не обижаем!

А еще многие русские народные игры проводились в кругу, или участники в игре водили хоровод.