

## РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ 4 "Б" КЛАССА НА ПЯТНИЦУ

Урок	Время	Способ	Предмет	Тема урока (занятия)	Ресурс	Домашнее задание
1	9.00 - 9.30	С помощью ЭОР	математика	Контрольная работа № 10 по теме «Деление на трёхзначное число».	Текст контрольной работы см. в Вайбере и сети "Контакт".	не задано
2	9.50 - 10.20	С помощью ЭОР	окружающий мир	Страна, открывшая путь в космос.	Просмотреть видеоролик. <a href="https://youtu.be/eOW03cKATW0">https://youtu.be/eOW03cKATW0</a> с.147-152, пересказ. Выполнить в рабочей тетради по этой теме.	не задано
3	10.40 - 11.10	С помощью ЭОР	ОРКСЭ	Любовь и уважение к Отечеству.	Просмотреть видеоролик. <a href="https://youtu.be/rx2lOy4voqE">https://youtu.be/rx2lOy4voqE</a> с. 142- 146, прочитать.	не задано
<b>ЗАВТРАК 11.10 - 11.40</b>						
4	11.40 - 12.10	Самостоятельная работа	физкультура	Бег на длинные дистанции.	Бег на длинные дистанции (1000,1500,2000м) можно применять без учета времени, который начинается с высокого старта. По команде " На старт!" бегун ставит у линии более сильную ногу (на всю стопу), а другую несколько сзади. Ноги немного согнуты в коленях. туловище наклонено вперёд, тяжесть тела перенесена на передистоящую ногу. По команде" Марш!" начинается бег. Длина шагов и скорость постепенно увеличивается, и начинается свободный бег по дистанции. Туловище слегка наклонено вперёд, голова прямо, взгляд устремлён вперёд, носки в стороны не разворачиваются. Движения плечевого пояса и рук выполняются легко, без напряжения. Дышать следует одновременно носом и полуоткрытым ртом, акцентируя активный выдох. После бега следует перейти на ходьбу до восстановления дыхания. Выполнить бег на месте в течении 7 минут.(с предварительной разминкой).	не задано

пятница, 15.05.2020