

**Расписание внеурочной деятельности для 1 б класса на 06.05.2020.**

Урок	Время	Способ	Предмет	Тема урока (занятия)	Ресурс	Домашнее задание
	13.50 - 14.10	с помощью ЭОР	кружок "Радуга" Васильева Наталья Анатольевна	Твое свободное время	<p>1.Просмотри по ссылке мультфильм «Распорядок» Азбука здоровья. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ofkbNrPN2zs">https://www.youtube.com/watch?v=ofkbNrPN2zs</a></p> <p>2.Составьте свой режим дня на неделю.</p> <p>3.Обсудите с родителями пословицу - Скучен день до вечера, коли делать нечего.</p> <p>4.Проведи физминутку.</p> <p>Физминутка - сделаем зарядку животных. а) «Жираф» - голова вверх-вниз, круговые движения вправо-влево. б) «Осьминог» - круговые движения плечами, плечи поднять, опустить. в) «Птица» - руки поднять, опустить, круговые движения руками. г) «Обезьяна» - наклоны, , круговые движения туловищем. д) «Лошадь» - поднятие ноги, сгибая в коленях. е) «Аист» - подняться на носки, опуститься, стойка на одной ноге. ж) «Кошка» - потягивание всем телом, изгибание позвоночника.")</p>	не предусмотрено