Самостоятельное изучение учебного материала во время карантина во 2 классе.

Расписание звонков:

1 ур. 8.30-9.00 -10 мин.

2 ур. 9.10-9.40 - 10 мин.

3 ур. 9.50-10.20 -10 мин.

4 ур. 10.30-11.00 -20 мин.

5 ур. 11.20-11.50 -10 мин.

6 ур. 12.00-12.30 -10 мин.

ЗАНИМАЕМСЯ КАЖДЫЙ ДЕНЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО ПО РАСПИСАНИЮ.

В ТЕТРАДЯХ ПИШЕМ **ЧИСЛО, КЛАССНАЯ РАБОТА, ДОМАШНЯЯ РАБОТА**

**КАЖДЫЙ ДЕНЬ.** КАЖДАЯ РАБОТА БУДЕТ ОЦЕНЕНА.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата  | День недели | Предмет  | Материал  | Д/З |
| 20.04. | Понедельник  | Рус.язык | С.92 прав.выуч. упр.158,159 | Упр.160 |
| Математ | Стр 82 правило выучить № 1, 3, 5 | Стр 82 №2 |
| Технология  | Строчка косого стежка. Есть ли у неё «дочки»? | Стр 122-124 |
| Окр.мир | С.88-89 | С.88-89 |
| 21.04. | Вторник  | Лит.чтение | С.161-169 | С.161-169 план – пересказ в тетр. |
| Ин.язык | Урок 48. Венди любит плавать?Упр.1 стр.70-72 устно. | Упр.2 стр.73 заполнить таблицу письменно. |
| Математика  | Стр 83 Рассмотреть рисунок №1, №2,3 | Стр 83 №6 |
| Рус.язык | С.96 прав.выуч. упр.163,164,165 | 167,169 |
| Физ-ра | **Комплекс упражнений утренней зарядки.*** Подтягивание (6-8 раз).
* Наклоны вперед (6-8 раз).
* Наклоны в стороны (6-8 раз).
* Наклоны назад (6-8 раз).
* Приседание (8-10 раз).
* Подтягивание согнутых ног (6 раз).
* Круги руками вперед и назад (6-8 раз).
* Прыжки ноги вместе, врозь (8-10 раз).
* Ходьба на месте.
 | Гл.№1, стр. 68-74Режим дня. |
| 22.04. | Среда  | Рус.язык | С.98 прав. Упр.170 | С.99 в тетр. |
| Математ. | Стр 84№1,2,3,4 | Стр 84 №8  |
| Лит.чтен | С.170 поработать с вопросами. | С.170 вопрос № 3, 5 в тетр. |
| Окр.мир | С.90-97 | С.90-97 |
| Изо | Тихие цвета. | Стр.148-150 |
| 23.04. | Четверг  | Русс.язык | С.101 прав. Упр.171172,173 | Упр.174 |
| Ин.язык | Урок 49.Хелен любит читать?Упр.1(2) стр.77 устно. | Упр.1(1) стр.76-77 слова выписать и выучить. |
| Лит.чтен | Подготовить проект «Мой любимый писатель сказочник» | Доделать проект |
| Физ-ра | **Разминка****Общеразвивающие упражнения на осанку.*** «Штангист». Исходное положение – стойка, ноги врозь. 1 – руки к плечам ладонями вперед, пальцы в кулак, 2 – прогнуться, руки вверх и посмотреть на них (вдох), 3 – руки к плечам, 4 – исходное положение (выдох). 6-8 раз
* «Самолет». Исходное положение – стойка, ноги врозь, руки в стороны. 1 – наклон влево, 2 – исходное положение, 3 – наклон влево, 4 – исходное положение. 6-8 раз.
* «Дровосек». Исходное положение – стойка, ноги врозь, руки вверх, пальцы переплетены. 1 – наклон вперед, руки вниз (выдох), 2 – исходное положение (вдох). 6-8 раз.
* «Зайчишка». Исходное положение – основная стойка. 1 – присед (выдох), 2 – исходное положение (вдох). 6-8 раз.
* «Свернувшаяся змея». Исходное положение – основная стойка. 1-3 – присед, обхватить колени руками (вдох), 2 – исходное положение (выдох). 6-8 раз.
* «Ласточка». Исходное положение – упор лежа на согнутых руках. 1- приподнять туловище, руки назад (вдох), 2 – исходное положение (выдох). 6-8 раз.
 | Гл№1,стр стр75-78Знания о физических качествах. |
| 24.04. | Пятница  | Рус.язык | С.102 упр.175,176, 177 | С.103 прав. |
| Математика  | Стр 85 №1,2,4,5 | Стр 85 № 7 |
| Физ.ра | **Размика****Общеразвивающие упражнения для развития мышц живота (кол-во повторений 6-8 раз)*** Исходное положение – лежа на спине. Оторвать стопы от пола, медленно согнуть (вдох) и разогнуть (выдох) обе ноги в коленных суставах.
* Исходное положение – то же. Подняв стопы, выполнить круговые движения в одну и в другую стороны. Дыхание свободное.
* Исходное положение – то же. Подняв стопы, делать вращательные движения ногами, сгибая и разгибая их в коленных суставах («Велосипед»).
* Исходное положение – то же. Подняв стопы, делать скрестные движения ногами («Ножницы»).
* Исходное положение – то же. На выдохе медленно принять положение стойки на лопатках («Березка»), на выдохе медленно вернуться в исходное положение.
* Исходное положение – то же. На вдохе медленно поднять прямые ноги и коснуться стопами пола за головой («Плуг»), на выдохе медленно вернуться в исходное положение.

**Общеразвивающие упражнения для развития мышц спины (кол-во повторений 6-8 раз).*** Исходное положения – основная стойка, правая рука – вверх, левая – вниз. Попеременно менять положение рук.
* Исходное положения – основная стойка, согнутые в локтевых суставах руки перед грудью. Рывок согнутыми руками, отведение прямых рук в стороны.
* Исходное положение – стойка, ноги врозь, с наклоном туловища вперед. Отведение прямых рук в стороны (вдох), вернуться в исходное положение (выдох).
 | Знакомство с легкой атлетикой. Подготовка к сдаче норм ГТО (прыжки, сила, гибкость). |
| Лит.чтен | С.172-175 | 174-175 выр.чтен |