**Самостоятельное изучение учебного материала во время карантина в 4 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 РАБОТАКАЖДЫЙ ДЕНЬ.**

КАЖДАЯ РАБОТА БУДЕТ ОЦЕНЕНА.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата  | День недели | Предмет  | Материал  | Д/З |
| 13.04. | Понедельник  | Рус.язык | Упр.162 | С.78(устно) |
| Математика | С.63 №247, №250 | №252 |
| Технология  | История игрушек.Игрушка-попрыгушка | Стр 100,102-103 |
| Окр.мир | Россия вступает в XX век | С.127-133 |
| 14.04. | Вторник  | Лит.чтение | Проектная работа по теме: «Они защищали Родину», С.140 | Написать сочиение « Что значит для меня моя Родина?» |
| Ин.язык | Урок 4 стр.44. Какая профессия для тебя наилучшая?Упр.1 1) стр.44 устно.Упр.1 2) (1-2) стр.44-45 письменно. | Упр. 1 2) (4-5) стр.45 письменно. |
| Математика  | С.64 №256, №257 | №263 |
| Рус.язык | Упр.163, «обрати внимание» | Упр.164(устно),165(устно) |
| Физ-ра | **Комплекс упражнений утренней зарядки.**1. Подтягивание (6-8 раз).
2. Наклоны вперед (6-8 раз).
3. Наклоны в стороны (6-8 раз).
4. Наклоны назад (6-8 раз).
5. Приседание (8-10 раз).
6. Подтягивание согнутых ног (6 раз).
7. Круги руками вперед и назад (6-8 раз).
8. Прыжки ноги вместе, врозь (8-10 раз).
9. Ходьба на месте.
 | Гл.1, стр.8-13 |
| 15.04. | Среда  | Рус.язык | Упр.166,167(устно) | Упр.168,правило с.82 |
| Математика | С.65 рассмотри, как выполнено деление, № 265 | №267 |
| Лит.чтение | С.142(устно) | С.142 №7 в тетрадь |
| Изо | Мудрость старости. | «Моя бабушка» |
| Окр.мир | Страницы истории 1920 – 1930-х годов | С.136-139 |
| 16.04. | Четверг  | Рус.язык | Упр.171(устно), правило с.85, Упр.172,173 | Упр.175 |
| Ин.язык | Урок 1 стр.50. Что на твоём календаре?Упр.1 стр.50 устно.Упр3.стр.51 устно. | Стр.50 выучить коробочка слов. |
| Физ-ра | **Общеразвивающие упражнения на осанку.**1. «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
2. «Самолет». Исходное положение – стойка, ноги врозь, руки в стороны. 1 – наклон влево, 2 – исходное положение, 3 – наклон влево, 4 – исходное положение. 6-8 раз.
3. «Дровосек». Исходное положение – стойка, ноги врозь, руки вверх, пальцы переплетены. 1 – наклон вперед, руки вниз (выдох), 2 – исходное положение (вдох). 6-8 раз.
4. «Зайчишка». Исходное положение – основная стойка. 1 – присед (выдох), 2 – исходное положение (вдох). 6-8 раз.
5. «Свернувшаяся змея». Исходное положение – основная стойка. 1-3 – присед, обхватить колени руками (вдох), 2 – исходное положение (выдох). 6-8 раз.
6. «Ласточка». Исходное положение – упор лежа на согнутых руках. 1- приподнять туловище, руки назад (вдох), 2 – исходное положение (выдох). 6-8 раз.
 | Гл.1, стр 13-17 |
| 17.04. | Пятница  | Лит.чтение на род.яз. | М.А.Шолохов «Нахалёнок» | М.А.Шолохов «Нахалёнок» |
| Математика  | С.66 №270, №272(3) | №272(1,2) |
| Физ.ра | **Общеразвивающие упражнения для развития мышц живота (кол-во повторений 6-8 раз)**1. Исходное положение – лежа на спине. Оторвать стопы от пола, медленно согнуть (вдох) и разогнуть (выдох) обе ноги в коленных суставах.
2. Исходное положение – то же. Подняв стопы, выполнить круговые движения в одну и в другую стороны. Дыхание свободное.
3. Исходное положение – то же. Подняв стопы, делать вращательные движения ногами, сгибая и разгибая их в коленных суставах («Велосипед»).
4. Исходное положение – то же. Подняв стопы, делать скрестные движения ногами («Ножницы»).
5. Исходное положение – то же. На выдохе медленно принять положение стойки на лопатках («Березка»), на выдохе медленно вернуться в исходное положение.
6. 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).**1. Исходное положения – основная стойка, правая рука – вверх, левая – вниз. Попеременно менять положение рук.
2. Исходное положения – основная стойка, согнутые в локтевых суставах руки перед грудью. Рывок согнутыми руками, отведение прямых рук в стороны.
3. Исходное положение – стойка, ноги врозь, с наклоном туловища вперед. Отведение прямых рук в стороны (вдох), вернуться в исходное положение (выдох).
 | ГЛ.1, стр.18-23 |
| Лит.чтение | Рассказы о войне. | Рассказы о войне. |