ПОГОДЖЕНО ЗАТВЕРДЖУЮ

на засіданні педагогічної ради Директор школи

**ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ГРАФІК РОБОТИ**

**НА ПЕРІОД КАРАНТИНУ З 16.03 ПО 03.04.2020р.**

**Учитель –Жизномірська Г.В.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ уроку в розладі** | **Розклад уроків/навчальний предмет** | | **Клас** | **Тема уроку/завдання** | **Зворотній зв’язок з учнями** |
| **ПОНЕДІЛОК 16.03.2020** | | | | | |
| **1** | Фізична культура | | 10 клас | Тема:”Опорні стрибки. Навчальний норматив: підтягування у висі (хл.) та у висі лежачи (дівч.) з Стрибки через скакалку“. Д.з. Стрибки через скакалку. | Група у фейсбук «Фізична культура 10 клас» |
| **7** | Фізична культура | | 11 клас | Тема: ”Комбінація елементів вправ з рівноваги. Навчальний норматив: згинання і розгинання рук в упорі лежачи (хл.-від підлоги), (дівч.-від лави)“. Д.з. Піднімання тулуба. | Група у фейсбук «Фізична культура 11 клас» |
| **ВІВТОРОК 17.03.2020** | | | | | |
| **4** | | Природознавство | 3і клас | Тема: ”Звірі. Як звірі пристосувалися до життя в різних умовах?“. Д.з. Опрацювати с 114-116, виконати тестові завдання підручника | Група у фейсбук «Природознавство 3і клас» |
| **6** | | Фізична культура | 11 клас | Тема: ”Комплекс вправ художньої гімнастики. Комбінація елементів вправ з рівноваги. Навчальний норматив: піднімання тулуба в сід з положення лежачи, руки за головою за 60с.“. Д.з. Підтягування. | Група у фейсбук «Фізична культура 11 клас» |
| **7** | | Екологія | 6 клас | Тема: ”Тварини рідного краю, що занесені до Червоної книги України. Раціональне використання тваринного світу своєї місцевості“. | Група у фейсбук «Екологія 6 клас» |
|  | |  |  | **СЕРЕДА 18.03.2020** |  |
| **5** | | Природознавство | 3і клас | Тема: ”Звірі. Як звірі пристосувалися до життя в різних умовах?“. Д.з. Опрацювати с 114-116, виконати тестові завдання підручника | Група у фейсбук «Природознавство 3і клас» |
| **7** | | Фізична культура | 10 клас | Тема:”Елементи вправ художньої гімнастики. Комбінація елементів вправ з рівноваги. Опорні стрибки.“. Д.з. Стрибки через скакалку. | Група у фейсбук «Фізична культура 10 клас» |
| **ЧЕТВЕР 19.03.2020** | | | | | |
| **1** | | Фізична культура | 11 клас | Тема: ”Комплекс вправ художньої гімнастики. Комбінація елементів вправ з рівноваги. Навчальний норматив: підтягування у висі (хл.) та у висі лежачи (дівч.).“. Д.з. Опорні стрибки. | Група у фейсбук «Фізична культура 11 клас» |
| **3** | | Фізична культура | 6і клас | Тема: «Передача і прийом м’яча двома руками зверху в пара від стіни» | Група у фейсбук «Фізична культура 6і клас» |
| **4** | | Фізична культура | 5і клас | Тема: «Передача і прийом м’яча двома руками зверху і знизу над собою на місці.» | Група у фейсбук «Фізична культура 5і клас» |
| **6** | | Фізична культура | 5і клас | Тема: «Передача і прийом м’яча двома руками зверху і знизу над собою на місці.» Д.з. Передачі м’яча двома руками від грудей. | Група у фейсбук «Фізична культура 5і клас» |
| **7** | | Фізична культура | 10 клас | Тема:”Елементи вправ художньої гімнастики. Комбінація елементів вправ з рівноваги. Навчальний норматив: опорні стрибки.“. Д.з. Стрибки через скакалку. | Група у фейсбук «Фізична культура 10 клас» |
| **П’ятниця 20.03.2020** | | | | | |
| **1** | | Фізична культура | 3і клас | Тема: «Різновиди ходьби та бігу. Ведення м’яча способами «між стійок» Рухлива гра «Наввипередки з м’ячем»». | Група у фейсбук «Фізична культура 3і клас» |
| **2** | | Фізична культура | 3і клас | Тема: «Різновиди ходьби та бігу. Ведення м’яча способами «між стійок» Рухлива гра «Наввипередки з м’ячем»». | Група у фейсбук «Фізична культура 3і клас» |
| **4** | | Фізична культура | 3і клас | Тема: «Різновиди ходьби та бігу. Ведення м’яча способами «між стійок» Рухлива гра «Наввипередки з м’ячем»». | Група у фейсбук «Фізична культура 3і клас» |
| **7** | | Екологія | 7 клас | Тема «Державний та громадський контроль за дотриманням природоохоронного законодавства» | Група у фейсбук «Екологія 7 клас» |
| **Понеділок 30.03.2020** | | | | | |
| **1** | | Фізична культура | 10 клас | Тема:”ІБЖ на уроках з футболу. СВ. Ведення м'яча різними способами. Удари по м'ячу різними способами. Індивідуальні дії у захисті.“. Д.з. Жонглювання м’ячем. | Група у фейсбук «Фізична культура 10 клас» |
| **7** | | Фізична культура | 11 клас | Тема:”Комплекс вправ художньої гімнастики. Опорні стрибки“. Д.з. Опорні стрибки. | Група у фейсбук «Фізична культура 11 клас» |
| **ВІВТОРОК 31.03.2020** | | | | | |
| **6** | | Фізична культура | 11 клас | Тема:”Комплекс вправ художньої гімнастики. Навчальний норматив: опорні стрибки“. Д.з. Опорні стрибки. | Група у фейсбук «Фізична культура 11 клас» |
| **7** | | Екологія | 6 клас | Тема: ”Екологічні проблеми своєї місцевості“. | Група у фейсбук «Екологія 6 клас» |
| **СЕРЕДА 01.04.2020** | | | | | |
| **5** | | Природознавство | 3і клас | Тема: «У чому загадковість світу грибів? Гриби – живі організми. Яке значення мають гриби у природі та житті людей?». Д.з. (с.122-125). | Група у фейсбук «Природознавство 3і клас» |
| **7** | | Фізична культура | 10 клас | Тема:” Ведення м'яча різними способами. Удари по м'ячу різними способами. Індивідуальні дії у захисті.“. Д.з. Жонглювання м’ячем двома ногами. | Група у фейсбук «Фізична культура 10 клас» |
| **ЧЕТВЕР 02.04.2020** | | | | | |
| **1** | | Фізична культура | 11 клас | Тема:”ІБЖ на уроках з футболу. СВ. Ведення м'яча різними способами на високій швидкості. Удари по м'ячу різними способами на точність. Індивідуальні дії у захисті.“. Д.з. Жонглювання м’ячем однією ногою. | Група у фейсбук «Фізична культура 11 клас» |
| **3** | | Фізична культура | 6і клас | Тема: «ІБЖ на уроках з футболу. Удари внутрішньою та зовнішньою частинами стопи, серединою підйому, п’ятою по нерухомому м’ячі» | Група у фейсбук «Фізична культура 6і клас» |
| **4** | | Фізична культура | 5і клас | Тема: «ІБЖ на уроках з футболу. Правила гри у футбол. Техніка пересування і поєднання бігу зі стрибками, зупинками, поворотами.» | Група у фейсбук «Фізична культура 5і клас» |
| **6** | | Фізична культура | 5і клас | Тема: «ІБЖ на уроках з футболу. Правила гри у футбол. Техніка пересування і поєднання бігу зі стрибками, зупинками, поворотами.» | Група у фейсбук «Фізична культура 5і клас» |
| **7** | | Фізична культура | 10 клас | Тема:”Техніка ударів по м'ячу середньою частиною лоба у стрибку. Зупинка м'яча вивченими способами. Групові дії у нападі.“. Д.з. Жонглювання м’ячем двома ногами. | Група у фейсбук «Фізична культура 10 клас» |
| **П’ятниця 03.04.2020** | | | | | |
| **1** | | Фізична культура | 3і клас | Тема: «Організовуючі та загальнорозвивальні вправи для профілактики плоскостопості». | Група у фейсбук «Фізична культура 3і клас» |
| **2** | | Фізична культура | 3і клас | Тема: «Організовуючі та загальнорозвивальні вправи для профілактики плоскостопості». | Група у фейсбук «Фізична культура 3і клас» |
| **4** | | Фізична культура | 3і клас | Тема: «Організовуючі та загальнорозвивальні вправи для профілактики плоскостопості». | Група у фейсбук «Фізична культура 3і клас» |
| **6** | | Екологія | 8 клас | Тема: «Інформаційне забезпечення природоохоронної діяльності. Дослідницький практикум. Захист проектів з теми «Довкілля і людина»» | Група у фейсбук «Екологія 8 клас» |
| **7** | | Екологія | 5 клас | Тема: «Грунт як середовище життя організмів. Пристосування живих організмів до життя у грунті. Практична робота Мікроскопічне дослідження грунту.» | Група у фейсбук «Екологія 5 клас» |