Індивідуальний план роботи під час карантину.

Вчителя фізичної культури .

Прокопчук Олена Дмитрiвна.

12.03.\_-28.05.2020.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | №п/п | Зміст роботи.. | Завдання | Час роботи |
| 16.03. 2020. | 1  2  3. | Нарада при директору стосовно організації дистанційного навчання.  Опрацювання матеріалу щодо дистанційного навчання  Розробка завдань для 8-10 класу. |  | 10.00-13.00 |
| 17.03.2020 | 1 | Опрацювання матерiалу щодо дистанцiйного навчання |  | 10.00-12.00 |
| 18.03 2020. | 1  2.  3. | Розробка та розміщення матеріалу з фізкультури для 8-10 кл  Sites.google.com  /site/fizkyl  Комплекс вправ 2.  Sites.google.com.  Консультацii’ щодо виконання вправ. | Передача мя’ча двома руками  Виконати вправи. | 9-00-13.00 |
| 20.03.2020. | 1  2.  3. | Розробка та розміщення завдань для 8-10 кл.  Iсторiя виникнення волейболу.  Опрацювання матерiалу. | Передача мя’ча двома руками.  Правила гри у волейболi. | 9.00-12.00 |
| 30.03.2020. | 1  2. | Розробка та розсилка завдань для 8-10 кл.  https:/www.youtube.com  Консультація виконання врпав.  https:/www.youtube.com | Верхня подача м’яча.  Вправи для розвитку швидкостi. | 9-12.00. |
| 31.03.2020 | 1 | Опрацювання iннструктивнихрекомендацiй МОН |  | 10.00-12.00 |
| 01.04.2020. | 1  2 | Розробка та розміщення завдань для 8-10 кл.  Опрацювання матеріалу для урізноманітнення. | Прийом м’ча що вiдкскочиввiдсiтки. | 9-12.00 |
| 02.04.2020 | 1 | Корекцiя календарно-тематичного плану |  | 9.00-12.00 |
| 03.04.2020. | 1  2.  3.  4. | Розробка та посилання завдань для учнів 8-10 кл.  Вправи для розвитку гнучкості.  Консультація виконання вправ.  Опрацювання матеріалу. | Прийом м’яча  Комплекс ЗРВ біля стінки. | 9-12-00. |
| 06.04.2020. | 1.  2. | Розробка розміщення матеріалу для 8-10 кл.  Опрацювання літератури. | Вправи для розвитку спритностi. | 9-12-00. |
| 07.04.2020 | 1 | Пошук та ознайомлення з новими додатками та платформами для дистанцiйного навчання. |  | 9.00-12.00 |
| 08.04.2020. | 1. | Опрацюваня та розробка матеріалу теоретичних та тестових завдань. |  | 9-11-00. |
| 10.04.2020. | 1  2. | Розробка та розміщення матеріалу для 8-10 кл.  Пошук та ознайомлення з новими додатками та платформами для дистанцiйного навчання. | Вправи для формування та корекцii’ постави. | 9-12-00. |
| 13.04.2020. | 1  2 | Перегляд розробка інформації.  Відео ролики з фізичної культури ,як правильно дотримуватися режиму дня. |  | 9-12-00. |
| 14.04.2020 | 1 | Робота над власним блогом |  | 9.00-12.00 |
| 15.04.2020. | 1  2  3  4  5 | Розробка та розмiщення матеріалу для 8-10 кл.  Загартовування організму.  Вплив та користь загартовування.  Проведення процедур та результати впливу.  Консультація,щодовиконаня. | Передачi м’яча двома руками зверху. | 10-13-00. |
| 16.04.2020 | 1 | Опрацювання фахавоi’ лiтератури |  | 9.00-12.00 |
| 17.04.2020. | 1  2  3 | Ознайомлення та розміщення матеріалу для 8-10 кл.  Фактори впливу на здоровя людини.  Зміцненя імунітету. | Передачi м’яча двома руками знизу. | 9-12-00. |
| 22.04.2020 | 1  2 | Ознайомлення та розмiщенняматерiалу для 8-10 кл.  Повторити правила гри у волейбол. | Нижня пряма подача. | 9-12.00 |
| 23.04.2020 | 1 | Педагогiчна нарада через Zoom програму |  | 9.00-10.00 |
| 24.04.2020 | 1  2. | Ознайомлення та розмiщенняматерiалу для 8-10 кл.  Опрацювання додатковоi’ науково-популярноi’ лiтератури. | Верхня подача у волейболi. | 9-12.00 |
| 27.04.2020 | 1  2 | Пiдбiр i розробка завдань для перевiркиучнiвзасвоэння знань.  Перевiркаучнiв знань з теми волейбол ,через соцiальну мережу Вайбер. | Тест з теми волейбол. | 9-12.00 |
| 28.04.2020 | 1 | Перегляд вебiнару «Пiдтримкадiтей з особливими освiтнiмипотребами:практичнi поради |  | 10.30-12.00 |
| 29.04.2020 | 1  2 | Ознайомлення та розмiщенняматерiалу для 8-10 кл.  Пiдбiр вправ для занять учням з батьками | Украi’нськiфутбольнi клуби.  Виконання комлексу вправ 2. | 9-12.00 |
| 30.04.2020 | 1 | Опрацювання додатковоi’ науково-популярноi’ лiтератури для пiдвищення теоретичного рiвня у 10-11 класах. |  | 9.00-12.00 |
| 04.05.2020 | 1  2 | Ознайомлення та розмiщення завдань для 8-10 кл.  Робота з шкiльноюдокументацiэю | Удари по м’ячу ногою | 9-12.00 |
| 05.05.2020 | 1 | Перегляд iнформацiйно-методичноi’ лiтератури. |  | 9.00-12.00 |
| 06.05.2020 | 1  2 | Ознайомлення та розмiщення завдань для 8-10 кл.  Харчування юного футболiста | Правила гри у волейбол. | 9-12.00 |
| 07.05.2020 | 1 | Iндивiдуальнiконсультацii для учнiв,якi потребують допомоги пiд час навчвння в дистанцiйнiйформi. |  | 10.00-12.00 |
| 08.05.2020 | 1 | Ознайомлення та розмiщення завдань для 8-10 кл. | Зупинки м’яча. | 9-11  00 |
| 13.05.2020 | 1  2 | Ознайомлення та розмiщення завдань для 8-10 кл.  Основнi поняття арбiтражу | Ведення м’яча. | 9-12.00 |
| 14.05.2020 | 1 | Робота зiшкiльноюдокументацiэю |  | 9.00-12.00 |
| 15.05.2020 | 1  2 | Опрацювання матерiалу дляурiзноманiття.  Роз’яснення вправ для виконання | Спецiальнi вправи футболiста. | 9-12.00 |
| 18.05.2020 | 1  2 | Ознайомленн та розмiщення завдань для 8-10 кл  Консультацiя для виконання вправ | Жонглювання м’ячем  Рiзнi види вправ для пiдтримкитiла в тонусi | 9-12.00 |
| 19.05.2020 | 1 | Корекцiя календарно-тематичного планевання |  | 9.00-12.00 |
| 20.05.2020 | 1  2 | Опрацювання та розробка матерiалу теоретичних завдань.  Консультацiя для виконання вправ. | Мережа Ютуб.  Виконання вправ для спини. | 9-11.00 |
| 21.05.2020 | 1 | Он-лайн курс «https://www.facebook.com/  TrafficChallengeBFA»Медична безпека в умовах карантину» |  | 9.00-11.00 |
| 22.05.2020 | 1 | Ознайомлення та розмiщеннязавдань для 8-10 кл. | Ведення м’яча | 9-12.00 |
| 25.05.2020 | 1  2 | Ознайомлення та розмiщення завдань для 8-10 кл.  Перегляд вiдео-ролика | Вiдбирання м’яча  Як правильно дотримуватися режиму дня | 9-12.00 |
| 26.05.2020 |  | Аналiзметодичноiiлроботивчителя за перiоддистанцiйного навчання. |  | 10.00-12.00 |
| 27.05.2020 | 1 | Узагальнюючий урок,iперевiрка завдань з теми футбол | Тести з теми футбол | 9-11.00 |
| 28.05.2020 | 1 | Опрацювання iнструктивних методичних рекомендацiй МОН |  | 10.00-12.00 |