**Задания для 1Б класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Предмет** | **Задание** | **Форма контроля**  |
| **Чтение** | Урок Русский алфавит. Зима в стихах. Азбука-читать стр.79-81. Презентация от учителя к уроку в чате класса. |  |
| **Письмо** | Списывание текста. Работа в тетради по карточке от учителя.**Задание.** **Расположите предложения так, чтобы было понятно, что сначала, что потом. Озаглавь текст. Спишите его.** *Там жила собака.* *По дороге он встретил лису.* *У кролика дрогнуло сердце.* *Он бросился к пещере.* *Маленький кролик бежал*  *домой. Она прогнала лису.* | Фотография в мессенджере **WhatsApp** личным сообщением. Или на почту учителя zvezda-zory@yandex.ru |
| **Математика** | Учебник стр.18.№ 1 устно, № 2,3,5 стр.18 сделать в тетради. | Фотография в мессенджере **WhatsApp** личным сообщением. Или на почту учителя zvezda-zory@yandex.ru |
| **Физкультура** | Смотри ниже  | Проверка заданий учителем по состоянию ЧСС |

 **Подготовительная:**

См.Рис. Выполнять по 7 раз.  **Основная часть:**

И.П. – сидя на полу, ноги вместе, руки в сторону

Оттягивать носки от себя и менять положение рук (вперед, вверх) **20раз.**

 И.П.- лёжа на груди , руки за голову пальцы в замок.

Поднять туловище, руки и прямые ноги и вернуться в И.П **10раз.**

И.П. –  ноги на ширине стопы, руки за спину

 Приседания. **10 раз.**

Прыжки на скакалке **20 раз**. (Можно не использовать скакалку)

**Заключительная:**

И.П.- стойка , ноги по ширине плеч.

Протяните левую руку через верхнюю часть тела чуть выше груди. Рука прямая и находится параллельно полу. Помогайте себе правой рукой, аккуратно обхватывая локоть левой руки и усиливая растяжку. Почувствуйте растяжку.

И.П.- стойка, ноги в стороны.

Поочередные наклоны к ногам, выдох при наклоне.