**Среда 6 мая**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 5. Физическая культура 10кл. | Поведение обучающимися разминки перед началом занятий. | Личное сообщение в ВК= инструктаж |
| 6. ОБЖ 7 кл. | Основы образа жизни. Режим учебы и отдыха подростка. Режим - необходимое условие здорового образа жизни. | Составить режим дня. Сообщение в ВК |

**Четверг 7 мая**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Физическая культура 8кл. | Проведения разминки перед началом занятий комплекс упражнений. | Личное сообщение в ВК |
| 1. Физическая культура 11 кл. | Прыжки через препятствие с грузом на плечах. Спрыгивание и запрыгивание с грузом на плечах.  Комплекс упражнений на развитие физических качеств – составить комплекс . | Личное сообщение в ВК |
| 1. Физическая культура 6 кл | Игра «Русская лапта». Удары битой по мячу. Обучение ударам битой по мячу способом «снизу». Подача мяча. Ловля и передача мяча в парах в движении. Игра в русскую лапту.- смотреть видео | Упражнения на развитие быстроты. -Личное сообщение в ВК |
| 1. Физическая культура 10кл. | Прыжки через препятствие с грузом на плечах. Спрыгивание и запрыгивание с грузом на плечах.  Комплекс упражнений на развитие выносливости– составить план-конспект. | Личное сообщение в ВК |
| 5-6. Технология 7кл | Практическая работа «Реализация этапов выполнения творческого проекта» работа над проектом | Сообщение в ВК |
| 7 Физическая культура 9кл. | Прыжковые упражнения. Прыжок в длину. Соревнования по прыжкам в длину с разбега. Специальные прыжковые упражнения. Броски набивного мяча. Простые программы развития скоростно-силовых качеств.- комплекс упражнений | Личное сообщение в ВК |
|  |  |  |

**Пятница 8 мая**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Физическая культура 10 кл. | . комплекс упражнений для утренней зарядки | Личное сообщение в ВК |
| 1. ОБЖ 9кл. | Изучить самостоятельно стр, записать тему в тетрадь, письменно в тетради ответить на вопрос , и выполнить практикум на стр., | Личное сообщение в ВК |
| 1. Физическая культура 7 кл. | Игра « Русская лапта» Смотреть видео на YouTube | Личное сообщение в Вк |
| 1. Физическая культура 9кл | Прыжковые упражнения. Прыжок в длину. Соревнования по прыжкам в длину с разбега. Специальные прыжковые упражнения. Броски набивного мяча. Простые программы развития скоростно-силовых качеств.- комплекс упражнений | Сообщение в ВК |
| 1. Физическая культура 11 кл. | Поведение обучающимися разминки перед началом занятий. Составить комплекс упражнений. | в ВК сообщение |
| 1. Физическая культура 8 кл. | Проведения разминки перед началом занятий комплекс упражнений | . Сообщение в ВК |