14.04.2020г. – Физическая культура:

5-6 классы – Совершенствование прыжков в высоту. Комплекс типа зарядки; 3 подхода по 20 выпрыгиваний, с места; 3 по 20(маль.) и 3 по 10 (дев.) сгибания рук из положения лёжа; беговые упражнения на месте.

7 класс – Прыжок в длину с места и прыжок в высоту способом перешагивания. 3\*20 прыжков; 3\*10 дев. и 3\*20 маль. сгибание и разгибание рук. Реферат: «Спринтерские и стайерские дистанции бега в лёгкой атлетике». ( до 16.04.2020г.)

8 класс – реферат на тему: «Техника бега на короткие дистанции». 3\*20 прыжков; 3\*10 дев. и 3\*20 маль. сгибание и разгибание рук.

13.04.2020г. - 9 класс – реферат на тему: «Прыжки в высоту». Силовой комплекс: Юноши - 30 секунд-сгибание рук ( отжимание); 30 секунд-поднимание туловища из положения лёжа (пресс); 30 секунд выпрыгивание – три подхода, отдых между подходами 10 минут. Девушки – пресс за 30 секунд – три подхода, с интервалами отдыха 5 минут.

ОБЖ:

5 класс – реферат на тему: «Двигательная активность и закаливание». ( 3-5 страниц ).

Технология:

5-6 класс – реферат: «Тонколистовой металл и проволока».

7-8 класс – Проект: «Разделочная доска».