

Расписание внеурочной деятельности для 7 «Г» класса на понедельник 20.04.2020

Урок	Время	Способ	Предмет	Тема урока (занятия)	Ресурс	Домашнее задание
ОБЕД 13.40 - 14.40						
7	14.40 - 15.10	ЭОР	Кружок "История Самарского края"	Самарцы на полях сражений Отечественной войны 1812 года и Крымской войны 1853-56 гг	Просмотреть материал по ссылкам, подготовить интерактивную фотовыставку участников Отечественной и Крымской войны, наших земляков .https://sgpress.ru/news/23854 http://gubernya63.ru/history/legends/samarskie-dobrovolcy-na-krymskoj-vojne.html	Не предусмотрено
8	15.30 - 16.00	ЭОР	Секция «Баскетбол»	Заслоны	Просмотреть видео https://youtu.be/knkuC2Cu-i0 Выполнить подводящие упражнения из видео. При отсутствии связи выполнить комплекс упражнений : 1 упр. "Бег на месте с высоким подниманием бедра" - 3 минуты, 2 упр. "Евростеп" на месте по 25 на каждой ноге, 3 упр. "Планка на прямых руках с переходом на локти и обратно" - 20 раз на каждую руку. 4 упр. " Приседания с выпрыгиваниями вверх" - 50 прыжков. 5 упр. "Пресс" - 50 раз.	Не предусмотрено