***Расширенное расписание уроков МАОУ СОШ № 4 на 23.04.2024г.***

***5А***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | Русский язык | **Тема:** «Глаголы возвратные и невозвратные»Подключить к конференции, код доступа будет отправлен в группу<https://us05web.zoom.us/j/83051678120?pwd=30EirNoE0iqbLZjL3WTWED762UFTTX.1> *У кого нет возможности подключиться к конференции.* ***Работа с учебником***п. 115 стр. 112 изучить теоретический материал, выполнить упражнение 713**Домашнее задание** карточка на платформе учи.ру |
| **2** | **9.40-10.10** | физкультура | **Тема:** Волейбол. Верхняя прямая подача.Пресс 3 подхода по 15 раз. |
| **3** | **10.20-10.50** | ОДНКНР | **Тема:** Духовные ценности российского народа. Какие бывают ценности? Патриотизм в сказаниях и пословицах народов России**Подключение к уроку через Яндекс Телемост –** ссылки будут скинуты в учебные чаты.**Если нет возможности подключится к Яндекс Телемост**, урок можно просмотреть, перейдя по ссылке <https://interneturok.ru/lesson/odnknr/5-klass/spisok-urokov/duhovnye-tsennosti-rossiyskogo-naroda-chast-1-kakie-byvayut-tsennosti-patriotizm-v-skazaniyah-i-poslovitsah-narodov-rossii> **Домашнее задание:** Нарисовать былинных героев на отдельном альбомном листе, используя кисти и акварель. Отправить на проверку в личные сообщения ВК, подписывая ФИ и класс <https://vk.com/yudingeorgii>  |
| **4** | **11.10-11.40** | Естественно-научная грамотность | **Тема:** Агрегатные состояния веществ.Подключиться к конференции Zoom Идентификатор конференции в группе классаКод доступа в группе класса**Домашнее задание**: подготовить индивидуальные сообщения по теме. |
| **5** | **11.50-12.20** | Английский язык (2 группа)  | Тема :Одежда на все случаи жизни..Работа с учебником : чтение диалога упр. 2а стр. 92- прочитать, перевести.Подключение на платформе «Сферум», коллективный звонок по времени начала урока (5а 11часов 50минут.)Домашнее задание: упр. 2b стр. 92, ответить на вопросы к диалогу, записать голосовое сообщение, отправить в личные сообщения в «Сферум». |
| **6** | **12.30-13.00** | Математика | Тема: Деление десятичной дроби на десятичную дробь.Классная работа: Решение задач учебника стр. 137 №6.320, 6.332Домашняя работа: стр.141 №6.341(а,б), 6.342( 1,2 столбик) |

***5Б***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | ОДНКНР | **Тема:** Духовные ценности российского народа. Какие бывают ценности? Патриотизм в сказаниях и пословицах народов России**Подключение к уроку через Яндекс Телемост –** ссылки будут скинуты в учебные чаты.**Если нет возможности подключится к Яндекс Телемост**, урок можно просмотреть, перейдя по ссылке <https://interneturok.ru/lesson/odnknr/5-klass/spisok-urokov/duhovnye-tsennosti-rossiyskogo-naroda-chast-1-kakie-byvayut-tsennosti-patriotizm-v-skazaniyah-i-poslovitsah-narodov-rossii> **Домашнее задание:** Нарисовать былинных героев на отдельном альбомном листе, используя кисти и акварель. Отправить на проверку в личные сообщения ВК, подписывая ФИ и класс <https://vk.com/yudingeorgii>  |
| **2** | **9.40-10.10** | Русский язык  | **Тема:** «Глаголы возвратные и невозвратные»Подключить к конференции, код доступа будет отправлен в группу<https://us05web.zoom.us/j/83051678120?pwd=30EirNoE0iqbLZjL3WTWED762UFTTX.1> *У кого нет возможности подключиться к конференции.* ***Работа с учебником***п. 115 стр. 112 изучить теоретический материал, выполнить упражнение 713**Домашнее задание** карточка на платформе учи.ру |
| **3** | **10.20-10.50** | Естественно-научная грамотность | **Тема:** Агрегатные состояния веществ.Подключиться к конференции Zoom Идентификатор конференции в группе классаКод доступа в группе класса**Домашнее задание**: подготовить индивидуальные сообщения по теме. |
| **4** | **11.10-11.40** | физкультура | Тема: Волейбол. Верхняя прямая подача.Пресс 3 подхода по 15 раз. |
| **5** | **11.50-12.20** | Математика | Тема: Деление десятичной дроби на десятичную дробь.Классная работа: Решение задач учебника стр. 137 №6.320, 6.332Домашняя работа: стр.141 №6.341(а,б), 6.342( 1,2 столбик) |
| **6** | **12.30-13.00** | Английский язык (2 группа) | Тема: Одежда на все случаи жизни.Работа с учебником: чтение диалога упр. 2а стр. 92- прочитать, перевести.Подключение на платформе «Сферум», коллективный звонок по времени начала урока (5б- 12часов 30 минут.)Домашнее задание: упр. 2b стр. 92, ответить на вопросы к диалогу, записать голосовое сообщение, отправить в личные сообщения в «Сферум». |

***5В***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | Естественно-научная грамотность | **Тема:** Агрегатные состояния веществ.Подключиться к конференции Zoom Идентификатор конференции в группе классаКод доступа в группе класса**Домашнее задание**: подготовить индивидуальные сообщения по теме. |
| **2** | **9.40-10.10** | Русский язык | **Тема урока**: Инфинитив и его грамматические свойства.**Работа с учебником:** П.113 изучение параграфаУпр.699(письменно),упр.697(устно).**Тема: Инфинитив и его грамматические свойства.****Подключиться к конференции Zoom****https://us05web.zoom.us/j/2080519045?pwd=OG8vQmtZajhCWGRYR0RpckRXNUY5dz09****Идентификатор конференции:(отправлен в группу)** **Код доступа: (отправлен в группу)****Домашнее задание:**П.113 выучить правило, упр.703Отправить на проверку учителю на электронную почту**: telepina88@bk.ru** |
| **3** | **10.20-10.50** | Математика | Тема: Деление десятичной дроби на десятичную дробь.Классная работа: Решение задач учебника стр. 137 №6.320, 6.332Домашняя работа: стр.141 №6.341(а,б), 6.342( 1,2 столбик) |
| **4** | **11.10-11.40** | Английский язык (2 группа) | Тема: Одежда на все случаи жизни.Работа с учебником. Повторить слова на стр. 88. Определить 5 самых сложных для запоминания (по собственному мнению), слов. Выписать их и выучить наизусть.Домашнее задание: составить кроссворд по теме «Одежда», используя слова со стр.88 (не менее 15 слов). Сфотографировать, отправить в личные сообщения в «Сферум». |
| **5** | **11.50-12.20** | физкультура | Тема: Волейбол. Верхняя прямая подача.Пресс 3 подхода по 15 раз. |
| **6** | **12.30-13.00** | ОДНКНР | **Тема:** Духовные ценности российского народа. Какие бывают ценности? Патриотизм в сказаниях и пословицах народов России**Подключение к уроку через Яндекс Телемост –** ссылки будут скинуты в учебные чаты.**Если нет возможности подключится к Яндекс Телемост**, урок можно просмотреть, перейдя по ссылке <https://interneturok.ru/lesson/odnknr/5-klass/spisok-urokov/duhovnye-tsennosti-rossiyskogo-naroda-chast-1-kakie-byvayut-tsennosti-patriotizm-v-skazaniyah-i-poslovitsah-narodov-rossii> **Домашнее задание:** Нарисовать былинных героев на отдельном альбомном листе, используя кисти и акварель. Отправить на проверку в личные сообщения ВК, подписывая ФИ и класс <https://vk.com/yudingeorgii>  |
| **7** | **13.10-13.40** |  |  |

 ***5Г***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | Русский язык  | **Тема урока:** Глаголы возвратные и невозвратные.Подключиться к уроку на платформе Сферум**Домашнее задание:** Записать в тетрадь схему из презентации, выполнить задание со слайда.**Отправить на проверку учителю на электронную почту: elizaveta.gormakova@mail.ru** |
| **2** | **9.40-10.10** | Естественно-научная грамотность | **Тема:** Агрегатные состояния веществ.Подключиться к конференции Zoom Идентификатор конференции в группе классаКод доступа в группе класса**Домашнее задание**: подготовить индивидуальные сообщения по теме. |
| **3** | **10.20-10.50** | Английский язык (2 группа) | Тема: Одежда на все случаи жизни.Работа с учебником. Повторить слова на стр. 88. Определить 5 самых сложных для запоминания (по собственному мнению), слов. Выписать их и выучить наизусть.Домашнее задание: составить кроссворд по теме «Одежда», используя слова со стр.88 (не менее 15 слов). Сфотографировать, отправить в личные сообщения в «Сферум». |
| **4** | **11.10-11.40** | Математика | **Тема: Сложение и вычитание десятичных дробей**1. Посмотреть презентацию, в файле эл. дневника.
2. Подключиться к онлайн уроку в сферуме по расписанию,
3. Работа в учебнике стр. 105, № 6.80 1 ст, 6.81, 6.82

Д/з: знать алгоритм сложения и вычитания десятичных дробей, № 6.120, 6.121 |
| **5** | **11.50-12.20** | ОДНКНР | **Тема:** Духовные ценности российского народа. Какие бывают ценности? Патриотизм в сказаниях и пословицах народов России**Подключение к уроку через Яндекс Телемост –** ссылки будут скинуты в учебные чаты.**Если нет возможности подключится к Яндекс Телемост**, урок можно просмотреть, перейдя по ссылке <https://interneturok.ru/lesson/odnknr/5-klass/spisok-urokov/duhovnye-tsennosti-rossiyskogo-naroda-chast-1-kakie-byvayut-tsennosti-patriotizm-v-skazaniyah-i-poslovitsah-narodov-rossii> **Домашнее задание:** Нарисовать былинных героев на отдельном альбомном листе, используя кисти и акварель. Отправить на проверку в личные сообщения ВК, подписывая ФИ и класс <https://vk.com/yudingeorgii>  |
| **6** | **12.30-13.00** | физкультура | Тема: Волейбол. Верхняя прямая подача.Пресс 3 подхода по 15 раз. |

***6А***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | ОДНКНР | Тема: Гражданская идентичность.Вид работы: составить характеристику одного из памятников российской культуры охраняемого государством. Домашнее задание: отправить на проверку учителю на платформе СФЕРУМ. |
| **2** | **9.40-10.10** | ИЗО | **Тема:** Пейзаж: выполняем композицию на тему: «Весенний пейзаж». **Домашнее задание:** Нарисовать весенний пейзаж (красками), соблюдая правила перспективы. Работы отправить на почту – 89058269392@mail.ru |
| **3** | **10.20-10.50** | Английский язык (1 группа) | Тема урока: Родная страна и страна (страны) изучаемого языка (праздники)(дистанционный урок на платформе «Сферум»)1 повторить лексику по теме с.542 с.56 №7 (выполнить устно)3 повторить правило «Future Simple»Домашнее задание: с.57№10(составить и записать предложения в тетрадь, предложения перевести). |
| **3** | **10.20-10.50** | Английский язык (2 группа) | Тема урока: **Отработка лексики по теме «Погода»****Работа с учебником:** 1. повторить слова стр.54 упр.5а;2.стр.58 упр.3-отчитать новые словосочетания, перевести на русский язык(Отправить чтение голосовым сообщением в Сферум или на эл.почту maryishim@inbox.ru) **Домашнее задание:** стр.62 упр.2(а)-письменно в тетради  |
| **4** | **11.10-11.40** | Русский язык | **Тема урока:** Употребление наклонений. ПрактикумЕлена Казанцева приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Войти Zoom Конференция<https://us04web.zoom.us/j/9731535656?pwd=R3NPZmdMbjlpelVaNnRRdks1RVpwQT09&omn=74503427189>Идентификатор конференции: 973 153 5656Код доступа: 436259Начало в 11.30 |
| **5** | **11.50-12.20** | Русский язык | **Тема урока:** Нормы образования форм повелительного наклонения глаголаЕлена Казанцева приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Войти Zoom Конференция<https://us04web.zoom.us/j/9731535656?pwd=R3NPZmdMbjlpelVaNnRRdks1RVpwQT09&omn=74022509504>Идентификатор конференции: 973 153 5656Код доступа: 436259Начало в 12.30 |
| **6** | **12.30-13.00** | математика | **Тема:** Понятие объёма; единицы измерения объёма (онлайн урок на платформе zoom)1. [**https://www.youtube.com/watch?v=LTp\_M7X-0i0**](https://www.youtube.com/watch?v=LTp_M7X-0i0)
2. **Задание от учителя на учи.ру**
 |

***6Б***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | ИЗО | **Тема:** Пейзаж: выполняем композицию на тему: «Весенний пейзаж». **Домашнее задание:** Нарисовать весенний пейзаж (красками), соблюдая правила перспективы. Работы отправить на почту – 89058269392@mail.ru |
| **2** | **9.40-10.10** | математика | **Тема: Изображение рациональных чисел на координатной оси**1. Посмотреть презентацию в файле эл. дневника
2. Работа с учебником стр. 117 № 594, 595, 596
3. Д/з: № 597, 598
 |
| **3** | **10.20-10.50** | Русский язык | Тема: Употребление наклонений.Подключиться к уроку по времени ( информация в группе) Работа с учебником: стр.128,п.94Упр.562Домашнее здание: Упр.564 |
| **4** | **11.10-11.40** | Русский язык | Тема: Употребление наклонений.Повторить п.91- 94, Упр.568Домашнее здание: Учи.ру (задание от учителя) |
| **5** | **11.50-12.20** | ОДНКНР | Тема: Гражданская идентичность.Вид работы: составить характеристику одного из памятников российской культуры охраняемого государством. Домашнее задание: отправить на проверку учителю на платформе СФЕРУМ. |
| **6** | **12.30-13.00** | Английский язык (1 группа) | Тема урока: Родная страна и страна (страны) изучаемого языка (праздники)(дистанционный урок на платформе «Сферум»)1 повторить лексику по теме с.542 с.56 №7 (выполнить устно)3 повторить правило «Future Simple»Домашнее задание: с.57№10(составить и записать предложения в тетрадь, предложения перевести). |
| **6** | **12.30-13.00** | Английский язык (2 группа) | Тема урока: **Отработка лексики по теме «Погода»****Работа с учебником:** 1. повторить слова стр.54 упр.5а;2.стр.58 упр.3-отчитать новые словосочетания, перевести на русский язык(Отправить чтение голосовым сообщением в Сферум или на эл.почту maryishim@inbox.ru) **Домашнее задание:** стр.62 упр.2(а)-письменно в тетради  |

***6В***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | Русский язык | **Тема урока:** Употребление наклонений. ПрактикумЕлена Казанцева приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Войти Zoom Конференция<https://us04web.zoom.us/j/9731535656?pwd=R3NPZmdMbjlpelVaNnRRdks1RVpwQT09&omn=79565807567>Идентификатор конференции: 973 153 5656Код доступа: 436259Начало в 8.30 |
| **2** | **9.40-10.10** | Русский язык | **Тема урока:** Нормы образования форм повелительного наклонения глаголаЕлена Казанцева приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Войти Zoom Конференция<https://us04web.zoom.us/j/9731535656?pwd=R3NPZmdMbjlpelVaNnRRdks1RVpwQT09&omn=79940866289>Идентификатор конференции: 973 153 5656Код доступа: 436259Начало в 9.30 |
| **3** | **10.20-10.50** | математика | **Тема:** Понятие объёма; единицы измерения объёма (онлайн урок на платформе zoom)1. [**https://www.youtube.com/watch?v=LTp\_M7X-0i0**](https://www.youtube.com/watch?v=LTp_M7X-0i0)
2. **Задание от учителя на учи.ру**
 |
| **4** | **11.10-11.40** | ОДНКНР | Тема: Гражданская идентичность.Вид работы: составить характеристику одного из памятников российской культуры охраняемого государством. Домашнее задание: отправить на проверку учителю на платформе СФЕРУМ. |
| **5** | **11.50-12.20** | Английский язык (1 группа) | Тема урока: Родная страна и страна (страны) изучаемого языка (праздники)(дистанционный урок на платформе «Сферум»)1 повторить лексику по теме с.542 с.56 №7 (выполнить устно)3 повторить правило «Future Simple»Домашнее задание: с.57№10(составить и записать предложения в тетрадь, предложения перевести). |
| **5** | **11.50-12.20** | Английский язык (2 группа) | Тема урока: **Отработка лексики по теме «Погода»****Работа с учебником:** 1. повторить слова стр.54 упр.5а;2.стр.58 упр.3-отчитать новые словосочетания,перевести на русский язык(Отправить чтение голосовым сообщением в Сферум или на эл.почту maryishim@inbox.ru) **Домашнее задание:** стр.62 упр.2(а)-письменно в тетради  |

***6Г***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | Английский язык (1 группа) | Тема урока: Родная страна и страна (страны) изучаемого языка (праздники)(дистанционный урок на платформе «Сферум»)1 повторить лексику по теме с.542 с.56 №7 (выполнить устно)3 повторить правило «Future Simple»Домашнее задание: с.57№10(составить и записать предложения в тетрадь, предложения перевести). |
| **1** | **9.00-9.30** | Английский язык (2 группа) | Тема: «Погода» Работа с лексикой по теме «Погода». Изучить новую лексику (упр. 4АВ стр.54-55). Прочитать, перевести.Домашнее задание: подготовить хорошее чтение новых слов по транскрипции (упр. 4А стр.54), записать голосовое сообщение, отправить в личные сообщения в «Сферум». |
| **2** | **9.40-10.10** | математика | Тема: Решение уравнений.Классная работа: решение линейных уравнений1. 9х+13=7х+5
2. 3(2х+5)+6=3
3. 5х+18=7х+6(3х-7)
4. 3х-7(3х-4)=5(2х-7)
5. 13-3(5х+1)-6(4х-3)=5х

Домашняя работа: решить уравнение 4(х+2)-0,7=2(2х+4)+0,3 |
| **3** | **10.20-10.50** | ОДНКНР | Тема: Гражданская идентичность.Вид работы: составить характеристику одного из памятников российской культуры охраняемого государством. Домашнее задание: отправить на проверку учителю на платформе СФЕРУМ. |
| **4** | **11.10-11.40** | ИЗО | **Тема:** Пейзаж: выполняем композицию на тему: «Весенний пейзаж». **Домашнее задание:** Нарисовать весенний пейзаж (красками), соблюдая правила перспективы. Работы отправить на почту – 89058269392@mail.ru |
| **5** | **11.50-12.20** | Русский язык | **Тема урока:** 1**.**Нормы образования форм повелительного наклонения глагола2.Нормы образования форм повелительного наклонения глагола (закрепление). ПрактикумПодключиться к уроку на платформе Сферум**Домашнее задание:** **Выберите глаголы в изъявительном наклонении.**1. Сыпь ты, черемуха, снегом, пойте вы, птахи, в лесу 2. Выткался на озере алый свет зари. На бору со звонами плачут глухари. 3. Гори, звезда, моя не падай. Роняй холодные лучи. 4. Не жалею, не зову, не плачу, все пройдет, как с белых яблонь дым. 5. И мне в окошко постучал сентябрь багряной веткой ивы. 6. Я не хотел бы стать грозой, в ней слишком – слишком много грома. Я б лучше сделался росой, ей счастье тихое знакомо.**Отправить на проверку учителю на электронную почту: elizaveta.gormakova@mail.ru** |
| **6** | **12.30-13.00** | Русский язык |

***7А***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | литература | **Тема урока:** Зарубежная новеллистика.Проверка домашнего задания.Анализ презентации на тему « Жанр новеллы в зарубежной литературе».**Подключиться к конференции Zoom****https://us05web.zoom.us/j/2080519045?pwd=OG8vQmtZajhCWGRYR0RpckRXNUY5dz09****Идентификатор конференции:(отправлен в группу)** **Код доступа: (отправлен в группу)****Домашнее задание:**Прочитать новеллу О. Генри «Последний лист».Сделать анализ произведения(жанр, тема, идея, проблематика, сюжет произведения) письменно.Отправить на проверку учителю на электронную почту**: telepina88@bk.ru** |
| **2** | **9.40-10.10** | физкультура | На видео выполнить комплекс упражнений:Приседания 15Отжимания 10Пресс 1мин.Прыжки на месте 20Готовое задание отправляем в сообщения на сферум или на почту mikhalko-07@mail.ru |
| **3** | **10.20-10.50** | Технология (девочки) | 1. Просмотрите видео урок по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=_ICLjYAtMPA&t=135s>
2. Записать в тетрадь тему урока «Подготовка к первой примерке поясного изделии».
3. Записать в тетрадь последовательность подготовки юбки к первой примерке.
4. Сфотографировать выполненное задание и выслать фото по электронной почте: marts71@mail.ru или через Сферум.
 |
| **4** | **11.10-11.40** | Технология (мальчики) | Прочитать §61 Алгоритмы программирования роботов стр.309 https://go.11klasov.net/15954-tehnologija-7-klass-uchebnik-fgos-glozman-kozhina-hotuncev.htmlзапишите основные понятия и термины: ПРОГРАММА АЛГОРИТМ КОНТРОЛЛЕР |
| **5** | **11.50-12.20** | геометрия | **Тема урока:** Расстояние от точки до прямой. Расстояние между параллельными прямыми.Воспользовавшись теоретическим материалом п.38 страница 81 или <https://school.infourok.ru/videouroki/4e2d955c-c48b-4b6a-8356-c8b41f56b206> решить задачи №272, №277.Работы отправить kristina-sergeewna@mail.ru или на Сферум @id788219996 (в личные сообщения). |
| **6** | **12.30-13.00** | Естественно-научная грамотность | **Тема урока:** Перелетные птицы. Сезонная миграция.Составить кроссворд по теме урока, к кроссворду написать вопросы.Отправить на проверку учителю в группе сферум или вконтакте. |
| **7** | **13.10-13.40** | обществознание | Тема: Человек и природа.Вид работы: написать сообщение «Отдаем долги природе». В нем следует показать, что делается в нашем крае для защиты природы, восстановления лесов, земли и животного мира. Рассказать о деятельности государственных органов, местных общественных организациях, о тех людях, кто охраняет и восстанавливает природные богатства. Домашнее задание: отправить на проверку учителю на платформе СФЕРУМ. |

***7Б***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | Технология (девочки) | 1. Просмотрите видео урок по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=_ICLjYAtMPA&t=135s>
2. Записать в тетрадь тему урока «Подготовка к первой примерке поясного изделии».
3. Записать в тетрадь последовательность подготовки юбки к первой примерке.
4. Сфотографировать выполненное задание и выслать фото по электронной почте: marts71@mail.ru или через Сферум.
 |
| **2** | **9.40-10.10** | Технология (мальчики) | Прочитать §61 Алгоритмы программирования роботов стр.309 https://go.11klasov.net/15954-tehnologija-7-klass-uchebnik-fgos-glozman-kozhina-hotuncev.htmlзапишите основные понятия и термины: ПРОГРАММА АЛГОРИТМ КОНТРОЛЛЕР |
| **3** | **10.20-10.50** | Естественно-научная грамотность | **Тема урока:** Перелетные птицы. Сезонная миграция.Составить кроссворд по теме урока, к кроссворду написать вопросы.Отправить на проверку учителю в группе сферум или вконтакте. |
| **4** | **11.10-11.40** | литература  | **Тема урока:** Зарубежная новеллистика.Проверка домашнего задания.Анализ презентации на тему «Жанр новеллы в зарубежной литературе».**Подключиться к конференции Zoom****https://us05web.zoom.us/j/2080519045?pwd=OG8vQmtZajhCWGRYR0RpckRXNUY5dz09****Идентификатор конференции:(отправлен в группу)** **Код доступа: (отправлен в группу)****Домашнее задание:**Прочитать новеллу О. Генри «Последний лист».Сделать анализ произведения (жанр, тема, идея, проблематика, сюжет произведения) письменно.Отправить на проверку учителю на электронную почту**: telepina88@bk.ru** |
| **5** | **11.50-12.20** | физкультура | На видео выполнить комплекс упражнений:Приседания 15Отжимания 10Пресс 1мин.Прыжки на месте 20Готовое задание отправляем в сообщения на сферум или на почту mikhalko-07@mail.ru |
| **6** | **12.30-13.00** | геометрия | **Тема урока:** Расстояние от точки до прямой. Расстояние между параллельными прямыми.Воспользовавшись теоретическим материалом п.38 страница 81 или <https://school.infourok.ru/videouroki/4e2d955c-c48b-4b6a-8356-c8b41f56b206> решить задачи №272, №277.Работы отправить kristina-sergeewna@mail.ru или на Сферум @id788219996 (в личные сообщения). |
| **7** | **13.10-13.40** |  |  |

***7В***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** |  |  |
| **2** | **9.40-10.10** | Естественно-научная грамотность | **Тема урока:** Перелетные птицы. Сезонная миграция.Составить кроссворд по теме урока, к кроссворду написать вопросы.Отправить на проверку учителю в группе сферум или вконтакте. |
| **3** | **10.20-10.50** | физкультура | На видео выполнить комплекс упражнений:Приседания 15Отжимания 10Пресс 1мин.Прыжки на месте 20Готовое задание отправляем в сообщения на сферум или на почту mikhalko-07@mail.ru |
| **4** | **11.10-11.40** | геометрия | **Тема урока:** Расстояние от точки до прямой. Расстояние между параллельными прямыми.Войти Zoom Конференция<https://us05web.zoom.us/j/88536832236?pwd=xXa1pwKOgj9X8FGhZaAgR0MpsSw5WJ.1>Идентификатор конференции: 885 3683 2236Код доступа: 5FvC49Если не получиться подключиться к уроку, выполняем задания, воспользовавшись теоретическим материалом п.38 страница 81 или <https://school.infourok.ru/videouroki/4e2d955c-c48b-4b6a-8356-c8b41f56b206> решить задачи №272, №277.Работы отправить kristina-sergeewna@mail.ru или на Сферум @id788219996 (в личные сообщения). |
| **5** | **11.50-12.20** | литература | **Тема урока:** Зарубежная новеллистика.Проверка домашнего задания.Анализ презентации на тему «Жанр новеллы в зарубежной литературе».**Подключиться к конференции Zoom****https://us05web.zoom.us/j/2080519045?pwd=OG8vQmtZajhCWGRYR0RpckRXNUY5dz09****Идентификатор конференции:(отправлен в группу)** **Код доступа: (отправлен в группу)****Домашнее задание:**Прочитать новеллу О. Генри «Последний лист».Сделать анализ произведения (жанр, тема, идея, проблематика, сюжет произведения) письменно.Отправить на проверку учителю на электронную почту**: telepina88@bk.ru** |
| **6** | **12.30-13.00** | физика | **Тема: Мощность. Единицы работы.**1.Работа с учебником стр. 166-168, п 56 составить конспект, изучить, знать формулы, определения.2. Выполнить тест на учебном портале учи.руД.З: выучить материал п. 56 стр. 166-168 |

***7Г***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** |  |  |
| **2** | **9.40-10.10** | геометрия | **Тема урока:** Расстояние от точки до прямой. Расстояние между параллельными прямыми.Войти Zoom Конференцияhttps://us05web.zoom.us/j/81869749119?pwd=rb7tat2OcRWFbWqkXswmEkFFU0QOAf.1Идентификатор конференции: 818 6974 9119Код доступа: 7dsrxU.Если не получиться подключиться к уроку, выполняем задания, воспользовавшись теоретическим материалом п.38 страница 81 или <https://school.infourok.ru/videouroki/4e2d955c-c48b-4b6a-8356-c8b41f56b206> решить задачи №272, №277.Работы отправить kristina-sergeewna@mail.ru или на Сферум @id788219996 (в личные сообщения). |
| **3** | **10.20-10.50** | литература | **Тема урока:** Зарубежная новеллистика. Жанр новеллы в литературе, его особенности**Домашнее задание:** Записать в тетрадь термин: «Новелла».Работа с учебником: стр.255 прочитать биографию О.Генри и записать каким образом он связан с данным жанром.**Отправить на проверку учителю на электронную почту: elizaveta.gormakova@mail.ru** |
| **4** | **11.10-11.40** | физкультура  | На видео выполнить комплекс упражнений:Приседания 15Отжимания 10Пресс 1мин.Прыжки на месте 20Готовое задание отправляем в сообщения на сферум или на почту mikhalko-07@mail.ru |
| **5** | **11.50-12.20** | Естественно-научная грамотность | **Тема урока:** Перелетные птицы. Сезонная миграция.Составить кроссворд по теме урока, к кроссворду написать вопросы.Отправить на проверку учителю в группе сферум или вконтакте. |
| **6** | **12.30-13.00** | общество | Тема: Человек и природа.Вид работы: написать сообщение «Отдаем долги природе». В нем следует показать, что делается в нашем крае для защиты природы, восстановления лесов, земли и животного мира. Рассказать о деятельности государственных органов, местных общественных организациях, о тех людях, кто охраняет и восстанавливает природные богатства. Домашнее задание: отправить на проверку учителю на платформе СФЕРУМ. |
| **7** | **13.10-13.40** | физика | **Тема: Мощность. Единицы работы.**1.Работа с учебником стр. 166-168, п 56 составить конспект, изучить, знать формулы, определения.2. Выполнить тест на учебном портале учи.руД.З: выучить материал п. 56 стр. 166-168 |

***8А***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | геометрия | **Тема урока**: Градусная мера дуги окружности. Центральные углы.1. Онлайн-урок на платформе «Сферум»
2. Закрепить материал, просмотрев видеофрагмент, пройдя по ссылке <https://resh.edu.ru/subject/lesson/2027/main/> (основная часть) и выполнить тренировочные задания, результаты выполнения выслать на проверку.
3. Домашнее задание: п.72 №649, 650
 |
| **2** | **9.40-10.10** | Немецкий язык | Тема урока: Проект : « Прощальная вечеринка»1 повторить предлоги2 с.58№2 дополнить предложенияДомашнее задание: с.58№2 (Land und Leute) текст прочитать и перевести. |
| **3** | **10.20-10.50** | ИЗО | **Тема:** Видеоэтюд в пейзаже и портрете. Видеосюжет в репортаже, очерке, интервью. **Домашнее задание:** продолжить работу в группах над телепередачей.Работы отправить на почту – 89058269392@mail.ru |
| **4** | **11.10-11.40** | физика | **Тема:** «Источники света. Распространение света. Закон отражения света».Урок объяснения нового материала проводится на платформе сферум.1. Посмотреть фильмы для тех, кто не подключится <https://www.youtube.com/watch?v=hdZ2u_sH2Eg&pp=ygVI0LjRgdGC0L7Rh9C90LjQutC4INGB0LLQtdGC0LAuINGA0LDRgdC_0YDQvtGB0YLRgNCw0L3QtdC90LjQtSDRgdCy0LXRgtCw>

<https://www.youtube.com/watch?v=K_0oUdLsTrM&list=PLBnDGoKqP7bY4KHor40KlilZs7fv6NKrj&index=22&pp=iAQB> 1. Прочитать § 63, 65, 66
2. Д/з: выполнить упр. 45(1-3) на стр. 198
 |
| **5** | **11.50-12.20** | Технология (девочки) | 1. Просмотрите видео урок по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=iBLD3teTCNg>
2. Записать в тетрадь тему урока «Мир профессий. Сельскохозяйственные профессии».
3. Из презентации по ссылке <https://showslide.ru/selskokhozyajstvennie-professii-336860> выписать в тетрадь профессии сельского хозяйства.
4. Сфотографировать выполненное задание и выслать фото по электронной почте: marts71@mail.ru или через Сферум.
 |
| **5** | **11.50-12.20** | Технология (мальчики) | Прочитать §8.3 Современные технологии записи и хранения информации Стр 102 https://go.11klasov.net/14431-tehnologija-8-9-klass-kazakevich-v-m-pichugina-g-v-i-dr.htmlОТВЕТИТЬ НА ВОПРОСЫ В КОНЦЕ ПАРАГРАФА |
| **6** | **12.30-13.00** | литература | **Тема**: Произведения зарубежных прозаиков второй половины XX—XXI век. Дж. Сэлинджер «Над пропастью во ржи». Человек в ситуации нравственного выбора.Просмотреть фрагмент видеоурокаhttps://youtu.be/BEkjk3L0kFw**Домашнее задание**:Краткое сообщение о писателеЗнать содержание произведения.Записать героев в тетрадь. |
| **7** | **13.10-13.40** | география | **Тема:** Дальний Восток.Галина Михайловна приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 01:10 PM ЕкатеринбургВойти Zoom Конференция<https://us05web.zoom.us/j/83700468506?pwd=I9bAwb0y2aZOxAouO9qwO1mpivEdlY.1>Для тех, кто не сможет подключиться:Выполнить задание по учебнику: стр. 239 вопросы 1-3**Домашнее задание:** п. 48 прочитатьЭлектронная почта для отправки задания на проверку: galhik@mail.ru |

***8Б***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | физика | **Тема:** «Источники света. Распространение света. Закон отражения света».Урок объяснения нового материала проводится на платформе сферум.1. Посмотреть фильмы для тех, кто не подключится <https://www.youtube.com/watch?v=hdZ2u_sH2Eg&pp=ygVI0LjRgdGC0L7Rh9C90LjQutC4INGB0LLQtdGC0LAuINGA0LDRgdC_0YDQvtGB0YLRgNCw0L3QtdC90LjQtSDRgdCy0LXRgtCw>

<https://www.youtube.com/watch?v=K_0oUdLsTrM&list=PLBnDGoKqP7bY4KHor40KlilZs7fv6NKrj&index=22&pp=iAQB> 1. Прочитать § 63, 65, 66
2. Д/з: выполнить упр. 45(1-3) на стр. 198
 |
| **2** | **9.40-10.10** | геометрия | **Тема урока**: Градусная мера дуги окружности. Центральные углы.1. Онлайн-урок на платформе «Сферум»
2. Закрепить материал, просмотрев видеофрагмент, пройдя по ссылке <https://resh.edu.ru/subject/lesson/2027/main/> (основная часть) и выполнить тренировочные задания, результаты выполнения выслать на проверку.
3. Домашнее задание: п.72 №649, 650
 |
| **3** | **10.20-10.50** | география  | **Тема:** Дальний Восток.Галина Михайловна приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 10:20 AM ЕкатеринбургВойти Zoom Конференция<https://us05web.zoom.us/j/88032571231?pwd=ov38BRVoPxHzLhVf3ln8M2vyJiM1hd.1>Для тех, кто не сможет подключиться:Выполнить задание по учебнику: стр. 239 вопросы 1-3**Домашнее задание:** п. 48 прочитатьЭлектронная почта для отправки задания на проверку: galhik@mail.ru |
| **4** | **11.10-11.40** | Немецкий язык | Тема урока: Проект : « Прощальная вечеринка»1 повторить предлоги2 с.58№2 дополнить предложенияДомашнее задание: с.58№2 (Land und Leute) текст прочитать и перевести. |
| **5** | **11.50-12.20** | ИЗО | **Тема:** Видеоэтюд в пейзаже и портрете. Видеосюжет в репортаже, очерке, интервью. **Домашнее задание:** продолжить работу в группах над телепередачей.Работы отправить на почту – 89058269392@mail.ru |
| **6** | **12.30-13.00** | литература | **Тема урока:** Поэзия второй половины XX — начала XXI века. Стихотворения К.М. Симонова, А. Вознесенского, Р. И. Рождественского. Основные темы и мотивы, своеобразие лирического героя.1. Посмотреть видеоурок

<https://www.youtube.com/watch?v=EEVmrPBaqWU&t=526s>1. Записать конспект (ФИ поэта, особенности творчества)
2. Выучить наизусть стихотворение одного из поэтов (на выбор)
 |
| **7** | **13.10-13.40** |  |  |

***8В***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | геометрия | **Теорема о вписанном угле.**1. Подключиться к онлайн уроку по расписанию, используя приложение сферум
2. Посмотреть презентацию в файле эл. дневника
3. Посмотреть видеоурок на учебном портале РЭШ: геометрия 8 класс **Урок 27. Теорема о вписанном угле**
4. Сделать конспект, используя презентацию

Д/з: выучить материал конспекта, работа с учебником п. 73 изучить, упр. 652, 653 а |
| **2** | **9.40-10.10** | литература | **Тема:** Главные герои. Ромео и Джульетта как "вечные" образы.**Домашнее задание:** Учебник стр.250 вопрос 3.**Отправить на проверку учителю на электронную почту: elizaveta.gormakova@mail.ru** |
| **3** | **10.20-10.50** | физика | **Тема:** «Источники света. Распространение света. Закон отражения света».Урок объяснения нового материала проводится на платформе сферум.1. Посмотреть фильмы для тех, кто не подключится <https://www.youtube.com/watch?v=hdZ2u_sH2Eg&pp=ygVI0LjRgdGC0L7Rh9C90LjQutC4INGB0LLQtdGC0LAuINGA0LDRgdC_0YDQvtGB0YLRgNCw0L3QtdC90LjQtSDRgdCy0LXRgtCw>

<https://www.youtube.com/watch?v=K_0oUdLsTrM&list=PLBnDGoKqP7bY4KHor40KlilZs7fv6NKrj&index=22&pp=iAQB> 1. Прочитать § 63, 65, 66
2. Д/з: выполнить упр. 45(1-3) на стр. 198
 |
| **4** | **11.10-11.40** | биология | **Тема урока:** Врожденные и приобретенные программы поведения.Подключиться к конференции Zoom <https://www.google.com/url?q=https://us05web.zoom.us/j/83591035678?pwd%3DS39TyYCNIt4uVfyQDayl9ZUt1t3599.1&sa=D&source=calendar&usd=2&usg=AOvVaw3VLE3JF4fyYBPRDBt6pYnn>. Домашнее задание: письменно ответить на вопросы 1-5 на с. 344Отправить на проверку учителю в группе сферум или вконтакте. |
| **5** | **11.50-12.20** | Немецкий язык | Тема: Самостоятельная работа по теме « Прощальная вечеринка»Работа по учебнику:1. Стр.54 упр.10 записать в тетрадь лексику по теме «План путешествия», перевести.2. Домашнее задание: подготовить хорошее чтение диалога №3 упр.11b. Аудио отправить учителю. |
| **6** | **12.30-13.00** | ИЗО | **Тема:** Видеоэтюд в пейзаже и портрете. Видеосюжет в репортаже, очерке, интервью. **Домашнее задание:** Продолжить работу в группах над телепередачей.Работы отправить на почту – 89058269392@mail.ru |
| **7** | **13.10-13.40** | Технология (девочки) | 1. Просмотрите видео урок по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=iBLD3teTCNg>
2. Записать в тетрадь тему урока «Мир профессий. Сельскохозяйственные профессии».
3. Из презентации по ссылке <https://showslide.ru/selskokhozyajstvennie-professii-336860> выписать в тетрадь профессии сельского хозяйства.
4. Сфотографировать выполненное задание и выслать фото по электронной почте: marts71@mail.ru или через Сферум.
 |
| **7** | **13.10-13.40** | Технология (мальчики) | Прочитать §8.3 Современные технологии записи и хранения информации Стр 102 https://go.11klasov.net/14431-tehnologija-8-9-klass-kazakevich-v-m-pichugina-g-v-i-dr.htmlОТВЕТИТЬ НА ВОПРОСЫ В КОНЦЕ ПАРАГРАФА |

***8Г***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | биология  | **Тема урока:** Врожденные и приобретенные программы поведения.Подключиться к конференции Zoom <https://www.google.com/url?q=https://us05web.zoom.us/j/83591035678?pwd%3DS39TyYCNIt4uVfyQDayl9ZUt1t3599.1&sa=D&source=calendar&usd=2&usg=AOvVaw3VLE3JF4fyYBPRDBt6pYnn>. Домашнее задание: письменно ответить на вопросы 1-5 на с. 344Отправить на проверку учителю в группе сферум или вконтакте. |
| **2** | **9.40-10.10** | литература | **Тема:** Произведения зарубежных прозаиков второй половины XX—XXI века. Дж. Сэлинджер «Над пропастью во ржи». Человек в ситуации нравственного выбора.Просмотреть фрагмент видеоурокаhttps://youtu.be/BEkjk3L0kFw**Домашнее задание:**Краткое сообщение о писателеЗнать содержание произведения.Записать героев в тетрадь. |
| **3** | **10.20-10.50** | Немецкий язык  | Тема: Самостоятельная работа по теме « Прощальная вечеринка»Работа по учебнику:1. Стр.54 упр.10 записать в тетрадь лексику по теме «План путешествия», перевести.2. Домашнее задание: подготовить хорошее чтение диалога №3 упр.11b. Аудио отправить учителю. |
| **4** | **11.10-11.40** | геометрия | **Тема:** Решение задач по теме «Центральные и вписанные углы».1. **Работа с учебником: стр 167-170 повторить теорию**
2. **Закрепление:** <https://math-oge.sdamgia.ru/test?id=60832326>

 **Домашнее задание: выучить теорему** |
| **5** | **11.50-12.20** | физика | **Тема:** «Источники света. Распространение света. Закон отражения света».Урок объяснения нового материала проводится на платформе сферум.1. Посмотреть фильмы для тех, кто не подключится <https://www.youtube.com/watch?v=hdZ2u_sH2Eg&pp=ygVI0LjRgdGC0L7Rh9C90LjQutC4INGB0LLQtdGC0LAuINGA0LDRgdC_0YDQvtGB0YLRgNCw0L3QtdC90LjQtSDRgdCy0LXRgtCw>

<https://www.youtube.com/watch?v=K_0oUdLsTrM&list=PLBnDGoKqP7bY4KHor40KlilZs7fv6NKrj&index=22&pp=iAQB> 1. Прочитать § 63, 65, 66
2. Д/з: выполнить упр. 45(1-3) на стр. 198
 |
| **6** | **12.30-13.00** | Технология (девочки) | 1. Просмотрите видео урок по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=iBLD3teTCNg>
2. Записать в тетрадь тему урока «Мир профессий. Сельскохозяйственные профессии».
3. Из презентации по ссылке <https://showslide.ru/selskokhozyajstvennie-professii-336860> выписать в тетрадь профессии сельского хозяйства.
4. Сфотографировать выполненное задание и выслать фото по электронной почте: marts71@mail.ru или через Сферум.
 |
| **6** | **12.30-13.00** | Технология (мальчики) | Прочитать §8.3 Современные технологии записи и хранения информации Стр 102 https://go.11klasov.net/14431-tehnologija-8-9-klass-kazakevich-v-m-pichugina-g-v-i-dr.htmlОТВЕТИТЬ НА ВОПРОСЫ В КОНЦЕ ПАРАГРАФА |
| **7** | **13.10-13.40** | ИЗО | **Тема:** Видеоэтюд в пейзаже и портрете. Видеосюжет в репортаже, очерке, интервью. **Домашнее задание:** Продолжить работу в группах над телепередачей.Работы отправить на почту – 89058269392@mail.ru |

***9А***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | химия | **Тема урока: *Обобщение знаний по химии за курс основной школы. Вещества*****Ход урока:**1.Конференция на платформе Zoom2. Выполнение задания по карточке**Домашнее задание: п.39.****Те, кто не имеет возможности подключения:** работа с учебником: схемы 6-10 в п.39 повторить, выполнить тест на стр. 207-208.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 09:00 PM МоскваВойти Zoom Конференцияhttps://us05web.zoom.us/j/83122099515?pwd=DrKKHjwB4c4aKfsR5bTzbBaEnHnqM1.1Идентификатор конференции: 831 2209 9515Код доступа: 835RzJ |
| **2** | **9.40-10.10** | Английский (1 группа) | Тема: Родная страна и страна (страны) изучаемого языка (известные и популярные места)Урок на платформе ZoomСсылка на конференцию и код доступа будут отправлены в группыРабота с учебником:1. Стр. 178 Грамматический справочник. Прочитать информацию о неопределенных местоимениях.2. Стр. 123-124 упр.1.1. Текст прочитать, устно перевести.3.Заполнить пропуски в тексте упр.1.1 стр.123-124 вопросами из упр.1.2 стр.124.4. Домашнее задание: стр.125 упр.1.4 выписать из текста английские эквиваленты. |
| **2** | **9.40-10.10** | Английский (2 группа) | Тема: Советы подростков по поиску работыУчебник:1.Фразовые глаголы с.121(записать в тетрадь)2.с.122, упр.2.1Д.З. 1.с.122, упр.32.Выучить фразовые глаголы |
| **3** | **10.20-10.50** | геометрия | **Тема:** Повторение. Вписанные и центральные углы (16 задание ОГЭ).Вспомните теоретический материал по ссылке <https://www.youtube.com/watch?v=pC5_JX-Vn8s> и выполните практикум на сайте Решу.ОГЭ, номер варианта Вариант № 60834303 <https://math-oge.sdamgia.ru/test?id=60834303&nt=True&pub=False>  |
| **4** | **11.10-11.40** | история | **Тема:** Общественное движение в 1880 первой половине 1890 Просмотреть видео - урок, перейдя по ссылке <https://www.youtube.com/watch?v=Xzb6GI3VHYI> Если проблема с интернетом, то тогда Параграф 24 – читать.**Домашнее задание -** ответить на вопросы в конце параграфа стр.24Отправить на проверку в личные сообщения ВК, подписывая ФИ и класс <https://vk.com/yudingeorgii>  |
| **5** | **11.50-12.20** | литература | Тема: **Проза и драматургия А.П.Чехова** в контексте рубежа веков. Нравственные и философские уроки русской классики XIX столетия.УРОКИ НА ПЛАТФОРМЕ ЯНДЕКС. ТЕЛЕМОСТ9 а класс Ссылка на видеовстречу: https://telemost.yandex.ru/j/55791787834455 |
| **6** | **12.30-13.00** |  |  |
| **7** | **13.10-13.40** | География консультация | **Тема:** Разбор заданий ОГЭГалина Михайловна приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 02:00 PM ЕкатеринбургВойти Zoom Конференция<https://us05web.zoom.us/j/82608103640?pwd=Pdjan3YbQUeNo9aAgQJnrC4sjgUBs2.1>**Для тех, кто не сможет подключиться:**Выполнить задание: <https://geo-oge.sdamgia.ru/test?id=2700936&print=true>Электронная почта для отправки задания на проверку: galhik@mail.ru |

***9Б***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | Консультация по литературе | Ссылка на видеовстречу: https://telemost.yandex.ru/j/01409076808307 |
| **2** | **9.40-10.10** | история | **Тема:** Общественное движение в 1880 первой половине 1890 Просмотреть видео - урок, перейдя по ссылке <https://www.youtube.com/watch?v=Xzb6GI3VHYI> Если проблема с интернетом, то тогда Параграф 24 – читать.**Домашнее задание -** ответить на вопросы в конце параграфа стр.24Отправить на проверку в личные сообщения ВК, подписывая ФИ и класс <https://vk.com/yudingeorgii>  |
| **3** | **10.20-10.50** | геометрия | Тема: Наложения и движения1. Разбор заданий ОГЭ геометрия, подключиться к онлайн уроку через приложение сферум
2. Д/З: составить конспект, используя презентацию в эл. дневнике, выполнить задания на решу огэ Вариант № 60808447
 |
| **4** | **11.10-11.40** | Английский (1 группа) | Тема: Советы подростков по поиску работыУчебник:1.Фразовые глаголы с.121(записать в тетрадь)2.с.122, упр.2.1Д.З. 1.с.122, упр.32.Выучить фразовые глаголы |
| **4** | **11.10-11.40** | Английский (2 группа) | Тема: Родная страна и страна (страны) изучаемого языка (известные и популярные места)Урок на платформе ZoomСсылка на конференцию и код доступа будут отправлены в группыРабота с учебником:1. Стр. 178 Грамматический справочник. Прочитать информацию о неопределенных местоимениях.2. Стр. 123-124 упр.1.1. Текст прочитать, устно перевести.3.Заполнить пропуски в тексте упр.1.1 стр.123-124 вопросами из упр.1.2 стр.124.4. Домашнее задание: стр.125 упр.1.4 выписать из текста английские эквиваленты. |
| **5** | **11.50-12.20** | химия | **Тема урока: *Обобщение знаний по химии за курс основной школы. Вещества*****Ход урока:**1.Конференция на платформе Zoom2. Выполнение задания по карточке**Домашнее задание: п.39.****Те, кто не имеет возможности подключения:** работа с учебником: схемы 6-10 в п.39 повторить, выполнить тест на стр. 207-208.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 11:50 AM ЕкатеринбургВойти Zoom Конференцияhttps://us05web.zoom.us/j/82394767063?pwd=JBNo35a82yZhsLvjYeJzGnvgb3Aaj8.1Идентификатор конференции: 823 9476 7063Код доступа: 0Cr0Pi |
| **6** | **12.30-13.00** | литература | Тема: **Проза и драматургия А.П.Чехова** в контексте рубежа веков. Нравственные и философские уроки русской классики XIX столетия.УРОКИ НА ПЛАТФОРМЕ ЯНДЕКС. ТЕЛЕМОСТ9 б класс Ссылка на видеовстречу: https://telemost.yandex.ru/j/23911124321351 |
| **7** | **14.00-14.30** | География консультация | **Тема:** Разбор заданий ОГЭГалина Михайловна приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 02:00 PM ЕкатеринбургВойти Zoom Конференция<https://us05web.zoom.us/j/82608103640?pwd=Pdjan3YbQUeNo9aAgQJnrC4sjgUBs2.1>**Для тех, кто не сможет подключиться:**Выполнить задание: <https://geo-oge.sdamgia.ru/test?id=2700936&print=true>Электронная почта для отправки задания на проверку: galhik@mail.ru |

***9В***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | Консультация по литературе | Ссылка на видеовстречу: https://telemost.yandex.ru/j/01409076808307 |
| **2** | **9.40-10.10** | химия | **Тема урока: *Обобщение знаний по химии за курс основной школы. Вещества*****Ход урока:**1.Конференция на платформе Zoom2. Выполнение задания по карточке**Домашнее задание: п.39.****Те, кто не имеет возможности подключения:** работа с учебником: схемы 6-10 в п.39 повторить, выполнить тест на стр. 207-208.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 09:40 PM МоскваВойти Zoom Конференцияhttps://us05web.zoom.us/j/4238004171?pwd=67aPExTEn3adBEYiwdNlCdbp5da9BC.1&omn=86969444334Идентификатор конференции: 423 800 4171Код доступа: z7MS7N |
| **3** | **10.20-10.50** | литература | Тема: **Проза и драматургия А.П.Чехова** в контексте рубежа веков. Нравственные и философские уроки русской классики XIX столетия.УРОКИ НА ПЛАТФОРМЕ ЯНДЕКС. ТЕЛЕМОСТ9 в класс Ссылка на видеовстречу: <https://telemost.yandex.ru/j/72417101155609> |
| **4** | **11.10-11.40** | Родной язык | Тема: **Аркадий Аверченко «Русское искусство» (прочитать рассказ и ответить на вопросы)** |
| **5** | **11.50-12.20** | информатика | **Тема урока:** Условные вычисления в электронных таблицах дистанционноРабота с учебником: перейти по ссылке <https://m.edsoo.ru/8a17e87c>Пройти урок, выполнить практическое задание.**Тема:** Обработка больших наборов данных дистанционноПодключится к конференции Яндекс-телемост.Ссылка для подключения 9В класса: <https://telemost.yandex.ru/j/88694646468686>**Время и дата:** Вторник, 23 апреля, 12:30 — 13:15**Домашнее задание:**Скачать таблицу по ссылке:<https://inf-oge.sdamgia.ru/get_file?id=32843> Выполнить задания:Откройте файл с данной электронной таблицей. На основании данных, содержащихся в этой таблице, ответьте на два вопроса.**1.**Чему равна наименьшая сумма баллов у учеников Подгорного района? Ответ на этот вопрос запишите в ячейку G2 таблицы.**2.**Сколько участников тестирования набрали одинаковое количество баллов по математике и физике? Ответ на этот вопрос запишите в ячейку G3 таблицы.**3.**Постройте круговую диаграмму, отображающую соотношение числа участников из Майского, Заречного и Кировского районов. Левый верхний угол диаграммы разместите вблизи ячейки G6. В поле диаграммы должны присутствовать легенда (обозначение, какой сектор диаграммы соответствует каким данным) и числовые значения данных, по которым построена диаграмма. Скрины решения отправить на эл. почту: **tahslanov72@inbox.ru**  |
| **6** | **12.30-13.00** | геометрия | **Тема урока**: Повторение. Выполнение заданий ОГЭ (платформа Яндекс репетитор)1. Просмотрите разбор заданий ОГЭ по теме «Треугольники» , пройдя по ссылке <https://yandex.ru/tutor/uroki/oge/matematika/17-04-matematika-podgotovka-k-ogeh-11-planimetriya-treugolniki-zadanie-16_43d298372aaf8be79183bd43bfa1a418/>
2. Выполните тренировочные задания, вышлите результат выполнения
 |
| **7** | **13.10-13.40** | Английский (1 группа) | Тема: Родная страна и страна (страны) изучаемого языка (известные и популярные места)Урок на платформе ZoomСсылка на конференцию и код доступа будут отправлены в группыРабота с учебником:1. Стр. 178 Грамматический справочник. Прочитать информацию о неопределенных местоимениях.2. Стр. 123-124 упр.1.1. Текст прочитать, устно перевести.3.Заполнить пропуски в тексте упр.1.1 стр.123-124 вопросами из упр.1.2 стр.124.4. Домашнее задание: стр.125 упр.1.4 выписать из текста английские эквиваленты. |
| **7** | **13.10-13.40** | Английский (2 группа) | Тема: Советы подростков по поиску работыУчебник:1.Фразовые глаголы с.121(записать в тетрадь)2.с.122, упр.2.1Д.З. 1.с.122, упр.32.Выучить фразовые глаголы |
|  | **14.00-14.30** | География консультация | **Тема:** Разбор заданий ОГЭГалина Михайловна приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 02:00 PM ЕкатеринбургВойти Zoom Конференция<https://us05web.zoom.us/j/82608103640?pwd=Pdjan3YbQUeNo9aAgQJnrC4sjgUBs2.1>**Для тех, кто не сможет подключиться:**Выполнить задание: <https://geo-oge.sdamgia.ru/test?id=2700936&print=true>Электронная почта для отправки задания на проверку: galhik@mail.ru |

 ***9Г***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | литература  | Тема: **Проза и драматургия А.П.Чехова** в контексте рубежа веков. Нравственные и философские уроки русской классики XIX столетия.УРОКИ НА ПЛАТФОРМЕ ЯНДЕКС. ТЕЛЕМОСТ9 г класс Ссылка на видеовстречу: https://telemost.yandex.ru/j/24494119711162 |
| **2** | **9.40-10.10** | Родной язык | Тема: **Аркадий Аверченко «Русское искусство» (прочитать рассказ и ответить на вопросы)** |
| **3** | **10.20-10.50** | информатика | **Тема урока:** Условные вычисления в электронных таблицах дистанционноРабота с учебником: перейти по ссылке <https://m.edsoo.ru/8a17e87c>Пройти урок, выполнить практическое задание.**Тема:** Обработка больших наборов данных дистанционноПодключится к конференции Яндекс-телемост.Ссылка для подключения 9Г класса:  <https://telemost.yandex.ru/j/00878789385493>**Время и дата:** Вторник**,** 23 апреля, 11:25 — 12:10**Домашнее задание:**Скачать таблицу по ссылке:<https://inf-oge.sdamgia.ru/get_file?id=32843> Выполнить задания:Откройте файл с данной электронной таблицей. На основании данных, содержащихся в этой таблице, ответьте на два вопроса.**1.**Чему равна наименьшая сумма баллов у учеников Подгорного района? Ответ на этот вопрос запишите в ячейку G2 таблицы.**2.**Сколько участников тестирования набрали одинаковое количество баллов по математике и физике? Ответ на этот вопрос запишите в ячейку G3 таблицы.**3.**Постройте круговую диаграмму, отображающую соотношение числа участников из Майского, Заречного и Кировского районов. Левый верхний угол диаграммы разместите вблизи ячейки G6. В поле диаграммы должны присутствовать легенда (обозначение, какой сектор диаграммы соответствует каким данным) и числовые значения данных, по которым построена диаграмма. Скрины решения отправить на эл. почту: **tahslanov72@inbox.ru**  |
| **4** | **11.10-11.40** | Английский (1 группа) | Тема: Родная страна и страна (страны) изучаемого языка (известные и популярные места)Урок на платформе ZoomСсылка на конференцию и код доступа будут отправлены в группыРабота с учебником:1. Стр. 178 Грамматический справочник. Прочитать информацию о неопределенных местоимениях.2. Стр. 123-124 упр.1.1. Текст прочитать, устно перевести.3.Заполнить пропуски в тексте упр.1.1 стр.123-124 вопросами из упр.1.2 стр.124.4. Домашнее задание: стр.125 упр.1.4 выписать из текста английские эквиваленты. |
| **4** | **11.10-11.40** | Английский (2 группа) | Тема: Советы подростков по поиску работыУчебник:1.Фразовые глаголы с.121(записать в тетрадь)2.с.122, упр.2.1Д.З. 1.с.122, упр.32.Выучить фразовые глаголы |
| **5** | **11.50-12.20** | геометрия | Тема: Наложения и движения1. Разбор заданий ОГЭ геометрия, подключиться к онлайн уроку через приложение сферум
2. Д/З: Составить конспект, используя презентацию в эл. дневнике, выполнить задания на решу огэ Вариант № 60808447
 |
| **6** | **12.30-13.00** | химия | **Тема урока: *Обобщение знаний по химии за курс основной школы. Вещества*****Ход урока:**1.Конференция на платформе Zoom2. Выполнение задания по карточке**Домашнее задание: п.39.****Те, кто не имеет возможности подключения:** работа с учебником: схемы 6-10 в п.39 повторить, выполнить тест на стр. 207-208.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 12:30 PM ЕкатеринбургВойти Zoom Конференцияhttps://us05web.zoom.us/j/82219658991?pwd=xCqsRbqOd3yMhahes6gi0q1zcoardW.1Идентификатор конференции: 822 1965 8991Код доступа: 6IftSC |
| **7** | **13.10-13.40** | География консультация | **Тема:** Разбор заданий ОГЭГалина Михайловна приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Тема: Моя конференцияВремя: 23 апр. 2024 02:00 PM ЕкатеринбургВойти Zoom Конференция<https://us05web.zoom.us/j/82608103640?pwd=Pdjan3YbQUeNo9aAgQJnrC4sjgUBs2.1>**Для тех, кто не сможет подключиться:**Выполнить задание: <https://geo-oge.sdamgia.ru/test?id=2700936&print=true>Электронная почта для отправки задания на проверку: galhik@mail.ru |

***10А***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | геометрия | **Тема**: Объём пирамиды1. работа с учебником: стр 128, повторить формулу2. закрепление: https://mathb-ege.sdamgia.ru/test?id=186204193. Домашнее задание: выучить теорию |
| **2** | **9.40-10.10** | география | **Тема:** Основные международные магистрали и транспортные узлы.**Задание:** просмотреть видео - урок на платформе «Интернет урок», перейдя по ссылке<https://www.youtube.com/watch?v=YFssHDJM2JY&t=21s>Выполнить задание по учебнику стр. 161-170 прочитать:[Заполнить](https://edu.skysmart.ru/student/zamataxeti) таблицу:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды транспорта: | Особенности: | Страны — лидеры: |
|  |  |  |
|  |  |  |

Домашнее задание: стр. 161-170 прочитатьЭлектронная почта для отправки задания на проверку: galhik@mail.ru |
| **3** | **10.20-10.50** | Русский язык | **Тема:** «Информационно-смысловая переработка текста. Отзыв. Рецензия»Подключить к конференции, код доступа будет отправлен в группу<https://us05web.zoom.us/j/88278593469?pwd=70amXNYGA9LDPVEitrRTdqsXnamqdY.1> Домашнее заданиекарточка на платформе учи.ру |
| **4** | **11.10-11.40** | Английский (1 группа) | Тема урока**: Travelling.****Работа с учебником: 1.** стр.96 упр.2-соотнести пословицы (1-5) с их значением(А-Е).Найти аналог врусском языке.2.стр.96 упр.3-прослушать, прочитать открытки и заполнить пропуски правильной слов,которые находятся в рамке. <https://drive.google.com/file/d/1Rd5hkhr398fV6D7zOd8JX1OSApngGZgq/view?usp=sharing> **Домашнее задание:** Выполнить упражнение на **учи.ру** от учителя |
| **4** | **11.10-11.40** | Английский (2 группа) | Проект "Лучшие туристические маршруты в России".Учебник:1.с.97, Marine Litter -читать2.Слушать №53, №54 <https://www.ok-language.ru/index.php/audio-spotlight/spotlight-10/module-5-holidays-spotlight-10-audio>Д.З. с.97, упр.4 |
| **5** | **11.50-12.20** | Литература (профиль) | Тема: «Л.Н. Толстой «Война и мир» (том I) (содержательный анализ)»Просмотреть видеолекцию, сделать краткие записи в тетрадь<https://www.youtube.com/watch?v=5jy_ZuiOEx8> **Домашнее задание**выполнить тестовую работу на платформе учи.ру |
| **5** | **11.50-12.20** | Биология (профиль) | **Тема** 1. Мутационная изменчивость. **Тема** 2. Закономерности мутационного процесса. Практическая работа № 6. «Мутации у дрозофилы» Подключиться к конференции Zoom Идентификатор конференции в группе классаКод доступа в группе класса**Домашнее задание**: 1. Отчёт по практической работе2. параграф 30 читать, вопрос №3 стр.190 (письменно) |
| **6** | **12.30-13.00** |  |  |
| **7** | **13.10-13.40** |  |  |

***10Б***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | информатика | **Тема урока:** Растровая графика. ДистанционноРабота с учебником: перейти по ссылке <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5348/start/15186>Прочитать конспект урока, посмотреть видео, выполнить тренировочные задания. **Тема:** Растровая графика. ДистанционноПодключится к конференции Яндекс-телемост.ссылка на подключение: <https://telemost.yandex.ru/j/10788567803895>**Время и дата:** Вторник, 23 апреля, 09:25 — 10:10**Домашнее задание:** 1. ссылка на презентацию <https://bosova.ru/metodist/authors/informatika/3/files/eor10/presentations/10-24-1-obekty-kompjuterno-grafiki.pptx>
2. ссылка на урок <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5348/start/15186>
3. ссылка на практическое задание https://onlinetestpad.com/ho3c2zyvlkulg
 |
| **2** | **9.40-10.10** | Английский (1 группа) | Тема урока**: Travelling.****Работа с учебником: 1.** стр.96 упр.2-соотнести пословицы (1-5) с их значением(А-Е). Найти аналог врусском языке.2.стр.96 упр.3-прослушать, прочитать открытки и заполнить пропуски правильной слов,которые находятся в рамке. <https://drive.google.com/file/d/1Rd5hkhr398fV6D7zOd8JX1OSApngGZgq/view?usp=sharing> **Домашнее задание:** Выполнить упражнение на **учи.ру** от учителя |
| **2** | **9.40-10.10** | Английский (2 группа) | Проект "Лучшие туристические маршруты в России".Учебник:1.с.97, Marine Litter -читать2.Слушать №53, №54 <https://www.ok-language.ru/index.php/audio-spotlight/spotlight-10/module-5-holidays-spotlight-10-audio>Д.З. с.97, упр.4 |
| **3** | **10.20-10.50** | геометрия | **Тема урока**: Контрольная работа по теме “Многогранники»1. Выполнить задания своего варианта(см. условия в группе класса «Сферум»)
2. Выслать результаты выполнения
 |
| **4** | **11.10-11.40** | русский | **Тема:** «Информационно-смысловая переработка текста. Отзыв. Рецензия»Подключить к конференции, код доступа будет отправлен в группу<https://us05web.zoom.us/j/88278593469?pwd=70amXNYGA9LDPVEitrRTdqsXnamqdY.1> Домашнее заданиекарточка на платформе учи.ру |
| **5** | **11.50-12.20** | Теория вероятности | **Тема урока**, Формула Бернулли1.На платформе РЭШ просмотреть видеоматериал <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4929/main/38416/>2.Выполнить тренировочные задания (результаты выполнения, вышлите на проверку) 3.Домашнее задание: п.69 |
| **6** | **12.30-13.00** | Физика (профиль) | <https://phys-ege.sdamgia.ru/test?id=8005112>вариант 2 на Решу ЕГЭ. |
| **6** | **12.30-13.00** | Общество (профиль) | **Тема:** Основные макроэкономические показатели измерение совокупного выпуска и совокупного доходаПросмотреть видео - урок, перейдя по ссылке <https://www.youtube.com/watch?v=HMYVOgXHywE> **Домашнее задание -** оформить в тетради краткие записи по теме урока.Отправить на проверку в личные сообщения ВК, подписывая ФИ и класс <https://vk.com/yudingeorgii>  |
| **6** | **12.30-13.00** |  |  |
| **7** | **13.10-13.40** |  |  |

***11А***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** | физкультура  | На видео выполнить комплекс упражнений:Приседания 20Отжимания- 15Планка 30сек. Лежа на спине, подъемы ног 30сек.Прыжки на месте 20Готовое задание отправляем в сообщения на сферум или на почту mikhalko-07@mail.ru |
| **2** | **9.40-10.10** | Английский  | Тема: Модальные глаголы.Работа с учебником: повторить грамматический материал по теме «Модальные глаголы» GR11. Обратить внимание на случаи использования модальных глаголов.Домашнее задание: составить 5 предложений с модальными глаголами (на выбор), с переводом и объяснением случая употребления.Например: You should go there. – Тебе следует пойти туда ( should – совет). |
| **3** | **10.20-10.50** | химия | Тема урока: ***Практическая работа №1 «*Получение, распознавание и собирание газов»**Ход урока:1. Оформить практическую работу, используя инструктивную карточку, материалы презентации, учебник О. С. Габриелян, Химия 11 класс, 2013 (стр. 217-218, варианты 2 и 3); 2014 г.( стр. 216-217, варианты 2 и 3)

Домашнее задание: не задано |
| **4** | **11.10-11.40** | геометрия | **Тема урока:** Контрольная работа по теме «Объемы тел» (платформа УРОК.РФ)1. Выполните задания контрольной работы своего варианта, пройдя по ссылке <https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/kontrolnaya_rabota_po_teme_obemi_tel_103835.html>
2. Результаты выполнения, вышлите на проверку.
 |
| **5** | **11.50-12.20** | русский | Тема: Подготовка к ЕГЭВыполнить задания 21-26 на платформе Скайсмарт по ссылке.<https://edu.skysmart.ru/student/tupafikiso> |
| **6** | **12.30-13.00** | география | **Тема:** Место России в мировой политике, в мировом природно-ресурсном и людском потенциале.**Задание:** просмотреть презентацию на платформе «Интернет урок», перейдя по ссылке<https://infourok.ru/prezentaciya-po-geografii-na-temu-mesto-rossii-v-mirovoj-politike-i-ekonomike-11-klass-4297282.html>Выполнить задания с1-4, которые указаны в презентации.Домашнее задание: стр. 362-363 прочитатьЭлектронная почта для отправки задания на проверку: galhik@mail.ru |
| **7** | **13.10-13.40** | Русский язык консультация | Тема: Подготовка к написанию сочинения (з.27) Анализ текста (текст в беседе в ВК) |
|  |  |  |  |

***11Б***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N№№ урока** | **Время** | **Предмет** | **Краткий план урока** |
| **1** | **9.00-9.30** |  |  |
| **2** | **9.40-10.10** | Математика база конс. | Задания от учителя на **учи.ру** |
| **3** | **10.20-10.50** | русский | **Тема урока:** Подготовка к ЕГЭЕлена Казанцева приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.Войти Zoom Конференция<https://us04web.zoom.us/j/9731535656?pwd=R3NPZmdMbjlpelVaNnRRdks1RVpwQT09&omn=71307943281>Идентификатор конференции: 973 153 5656Код доступа: 436259Начало в 10.30 |
| **4** | **11.10-11.40** | химия | Тема урока: ***Практическая работа №1 «*Получение, распознавание и собирание газов»**Ход урока:1. Оформить практическую работу, используя инструктивную карточку, материалы презентации, учебник О. С. Габриелян, Химия 11 класс, 2013 (стр. 217-218, варианты 2 и 3); 2014 г.( стр. 216-217, варианты 2 и 3)

Домашнее задание: не задано |
| **5** | **11.50-12.20** | геометрия | **Тема:** Треугольники1. Профиль: вариант 4 сборник Ященко
2. База: <https://mathb-ege.sdamgia.ru/test?id=18620337>

Домашнее задание: повторить теорию |
| **6** | **12.30-13.00** | физкультура | На видео выполнить комплекс упражнений:Приседания 20Отжимания- 15Планка 30сек. Лежа на спине, подъемы ног 30сек.Прыжки на месте 20Готовое задание отправляем в сообщения на сферум или на почту mikhalko-07@mail.ru |