



**29 мая в 10.00 ч. на школьном сайте в онлайн-режиме
пройдёт торжественная линейка «Последний звонок».**

Расписание уроков в дистанционном режиме на 28.05.2020

класс	предмет	задания
9	МАТЕМ	повторить все геометрические формулы и законы
	БИОЛОГ	https://biouroki.ru/test/122.html
	РУССКИЙ	https://onlinetestpad.com/ru/testview/299504-punktuacionnyj-analiz
	АНГЛ	стр. 110, устно
	ГЕОГРАФ	https://onlinetestpad.com/ru/testview/380560-itogovyj-test-po-geografii-9-klass
	Ф-РА	Д/З физическая культура (Выполняется в каждом домашнем задании) 1. Наклоны головы вперед-назад вправо-влево, повороты головы вправо-влево. 2. Поднимание и опускание плеч отведение и сведение, круговые движения плечами. 3. Рывки руками с поворотом корпуса в Л/П 4. Наклоны и повороты туловища в различных положениях. 5. Полуприседания и приседания. 6. Ходьба на носках, на пятках, с поджатыми пальцами, на наружных сторонах стопы. 1. Прыжки через скакалку вчетверо сложенную вперед и назад - 25р (м) 2. Вскок на козла в упор присев с места, (высота 80 см) - 18 р (м), 12р (д) 3. Прыжки со скакалкой – 130р (м), 140р (д) 4. Выпрыгивание из глубокого приседа - 40р (м), 30р (д) 5. Прыжки с возвышения на пол и обратно на возвышение - 35р (м), 25р (д) 6. Прыжки вверх прогнувшись, прыжок вверх на 360° - 18р (м), 15р (д) 1. Прыжки с высоты 80 см с мягким приземлением - 20р (м), 18р (д) 2. Прыжок вверх с разведением ног и мягким приземлением - 20р (м), 18р (д) 7. Высоко подпрыгнув, поднять вперед врозь прямые ноги, достать руками носки мягко приземлиться - 16р (м), 12р (д) 8. Приседания на левой и правой ноге без опоры - 12р (м), 10р (д)

10	БИОЛпр	https://biouroki.ru/test/62.html
	ПРАВО/ ХИМ	Право - Итог/ "Знай свои права - управляй своим будущим"/ Онлайн тест- https://onlinetestpad.com/ru/testview/24540-znaj-svoi-prava-upravlyaj-svoim-budushhim-9-11-klassy . Химия - итоговое тестирование (см. электронную почту).
	МАТЕМ	повторить все геометрические формулы и законы
	ЛИТЕРАТ	Повторить все худ. выраз. средства. Написать, что такое метонимия, оксюморон, синекдоха, парцелляция, инверсия, метафора, анафора, эпитофа. Привести примеры.
	АНГЛ	упр. 5, стр. 213 - устно
	ИСТОРИЯ	Итог/мини-тест/Онлайн - https://onlinetestpad.com/ru/testview/20931-mini-test-po-istorii .
	Ф-РА	Д/З физическая культура (Выполняется в каждом домашнем задании) 1. Наклоны головы вперед-назад вправо-влево, повороты головы вправо-влево. 2. Поднимание и опускание плеч отведение и сведение, круговые движения плечами. 3. Рывки руками с поворотом корпуса в Л/П 4. Наклоны и повороты туловища в различных положениях. 5. Полуприседания и приседания. 6. Ходьба на носках, на пятках, с поджатыми пальцами, на наружных сторонах стопы. 1. Упражнение для развития скоростно-силовых качеств: Выпрыгивание из приседа. 3 подхода по 25 секунд на максимальное количество раз. 2. Упражнение для развития мышц брюшного пресса: Из исходного положения «лёжа на спине» прямыми ногами коснуться пола ногами за головой. 3 подхода по 25 секунд на максимальное количество раз. 3. Упражнение на гибкость: Наклоны вперед до касания ладонями пола. 3 подхода по 25 секунд на максимальное количество раз. 4. Упражнение на силу мышц спины: Из исходного положения «лёжа на животе», руки с гимнастической палкой (скалкой) вверх, выкруты рук назад и вперед. 2 подхода по 9 раз подряд. 5. Упражнение на силу мышц рук: мальчики: Сгибание и разгибание рук в упоре «лёжа», ноги на повышенной опоре: 2 подхода по 25 раз девочки: Сгибание и разгибание рук в упоре «лёжа», руки на повышенной опоре: 2 подхода по 15 раз.
11	БИОЛпр	https://biouroki.ru/test/69.html
	ПРАВО/ БИОЛ	Право - Итог/"Знай свои права - управляй своим будущим"/ Онлайн тест- https://onlinetestpad.com/ru/testview/24540-znaj-svoi-prava-upravlyaj-svoim-budushhim-9-11-klassy .
	ОБЩЕСТВ	Итог/Политика/Онлайн тест- https://onlinetestpad.com/ru/testview/333577-politika-itogovyj-11-klass
	МАТЕМ	повторить все геометрические формулы и законы

ФИЗИКА	Пар. 97-98.
АНГЛ	упр. 5 стр. 182 – устно
Ф-РА	Д/З физическая культура (Выполняется в каждом домашнем задании) 1. Наклоны головы вперед-назад вправо-влево, повороты головы вправо-влево. 2. Поднимание и опускание плеч отведение и сведение, круговые движения плечами. 3. Рывки руками с поворотом корпуса в Л/П 4. Наклоны и повороты туловища в различных положениях. 5. Полуприседания и приседания. 6. Ходьба на носках, на пятках, с поджатыми пальцами, на наружных сторонах стопы. 1. Упражнение для развития скоростно-силовых качеств: Выпрыгивание из приседа. 3 подхода по 25 секунд на максимальное количество раз. 2. Упражнение для развития мышц брюшного пресса: Из исходного положения «лёжа на спине» прямыми ногами коснуться пола ногами за головой. 3 подхода по 25 секунд на максимальное количество раз. 3. Упражнение на гибкость: Наклоны вперед до касания ладонями пола. 3 подхода по 25 секунд на максимальное количество раз. 4. Упражнение на силу мышц спины: Из исходного положения «лёжа на животе», руки с гимнастической палкой (скалкой) вверх, выкруты рук назад и вперед. 2 подхода по 9 раз подряд. 5. Упражнение на силу мышц рук: мальчики: Сгибание и разгибание рук в упоре «лёжа», ноги на повышенной опоре: 2 подхода по 25 раз девочки: Сгибание и разгибание рук в упоре «лёжа», руки на повышенной опоре: 2 подхода по 15 раз.