

2в класс внеурочная деятельность							
Четверг 9 апреля	Урок	Время	Режим	Предмет, учитель	Тема урока	Ресурс	Домашнее задание
	1	12.25 – 12.55	Офлайн (ЭОР)	Фигурное катание Хусаинова М.В.	Теоретическая подготовка. Каскад 1-1	<a href="#">Посмотреть видео</a> <a href="#">Выполнить простые упражнения на растяжку</a> <b>При отсутствии технической возможности просмотра</b> Выполнить комплекс упражнений 1. Бег в течение 5-10 минут (можно на месте) 2. Вращательные круговые движения сперва в одну, затем в другую сторону. Начинайте с головы, переходите к плечам, рукам, корпусу, тазу, коленям, голеностопу. 3. Растяжка. Начинаем со стандартных наклонов вперед. Колени прямые, и ладонями нужно стремиться коснуться земли.	
	2	13.15 – 13.45	Самостоятельная работа				
	3	14.05 – 14.35	Самостоятельная работа	«Звонкие голоса» Комисарова Е.В.	Песни военных лет	Разучить слова песни. <b>Офицеры.</b> Музыка - Р.Хозака Слова - Е.Агранович	

2в класс внеурочная деятельность							
Урок	Время	Режим	Предмет, учитель	Тема урока	Ресурс	Домашнее задание	
Пятница 10.04	1	12.25 – 12.55	Офлайн (ЭОР)	Спортивный класс (шахматы) Немилостева К. И.	Шахматные задачи для начинающих	<a href="#">Посмотреть видео</a> <b>При отсутствии технической возможности просмотра</b>  Провести шахматный мини-турнир.	
	2	13.15 – 13.45	Самостоятельная работа	Спортивный класс (футбол, волейбол) Иванов Д.В.	Правила игры. Положение вне игры.	<a href="#">Посмотреть видео</a> правила игры в волейбол <a href="#">Выполнить упражнения</a>  <b>При отсутствии технической возможности просмотра</b> Выполнить комплекс упражнений 1. Бег в течение 5-10 минут (можно на месте) 2. Вращательные круговые движения сперва в одну, затем в другую сторону. Начинайте с головы, переходите к плечам, рукам, корпусу, тазу, коленям, голеностопу. 3. Растяжка. Начинаем со стандартных наклонов вперед. Колени прямые, и ладонями нужно стремиться коснуться земли.	
				Спортивный класс (лёгкая атлетика) Царёва Л.К.	Развитие выносливости	<a href="#">Посмотреть презентацию</a> , выполнить разминку и упражнения на восстановление дыхания, знать свой пульс. <b>При отсутствии технической возможности просмотра</b> Разминка: бег на месте в медленном темпе до 2 мин, общеразвивающие упражнения на месте. Бег в чередовании с ходьбой 2х3мин.	