**РАСПИСАНИЕ ВНЕУРОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ**

**Биарсланова И.Р.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Урок**  | **Время**  | **Способ**  | **Предмет, учитель** | **Тема урока (занятия)** | **Ресурс**  | **Домашнее задание** |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК, 06.04.20** | **8** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****9А** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |
| **9** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****7Г** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |
|  | **Урок**  | **Время**  | **Способ**  | **Предмет, учитель** | **Тема урока (занятия)** | **Ресурс**  | **Домашнее задание** |
|  | **6** |  | Работа с ЭОР | **Спортивные игры****5В** | Участие в **онлайн-проекте**[**#Сейчасмыдома**](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%A1%D0%B5%D0%B9%D1%87%D0%B0%D1%81%D0%BC%D1%8B%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0), | https://vk.com/feed?q=%23%D1%E5%E9%F7%E0%F1%EC%FB%E4%EE%EC%E0&section=search | Снять виде о занятии спортом или составить комплекс упражнений |
| **ВТОРНИК ,07.04.20** | **7** |  |  | **Спортивные игры****5Б** | Участие в **онлайн-проекте**[**#Сейчасмыдома**](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%A1%D0%B5%D0%B9%D1%87%D0%B0%D1%81%D0%BC%D1%8B%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0), | https://vk.com/feed?q=%23%D1%E5%E9%F7%E0%F1%EC%FB%E4%EE%EC%E0&section=search | Снять виде о занятии спортом или составить комплекс упражнений |
| **8** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****7А** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |
| **9** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****9Б** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Урок**  | **Время**  | **Способ**  | **Предмет, учитель** | **Тема урока (занятия)** | **Ресурс**  | **Домашнее задание** |
| **СРЕДА ,08.04.20** | **6** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****9Г** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |
| **7** |  | Работа с ЭОР | **Спортивные игры****5Г** | Участие в **онлайн-проекте**[**#Сейчасмыдома**](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%A1%D0%B5%D0%B9%D1%87%D0%B0%D1%81%D0%BC%D1%8B%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0), | https://vk.com/feed?q=%23%D1%E5%E9%F7%E0%F1%EC%FB%E4%EE%EC%E0&section=search | Снять виде о занятии спортом или составить комплекс упражнений |
| **8** |  | Работа с ЭОР | **Спортивные игры****5Д** | Участие в **онлайн-проекте**[**#Сейчасмыдома**](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%A1%D0%B5%D0%B9%D1%87%D0%B0%D1%81%D0%BC%D1%8B%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0), | https://vk.com/feed?q=%23%D1%E5%E9%F7%E0%F1%EC%FB%E4%EE%EC%E0&section=search | Снять виде о занятии спортом или составить комплекс упражнений |
| **9** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****7Б** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Урок**  | **Время**  | **Способ**  | **Предмет, учитель** | **Тема урока (занятия)** | **Ресурс**  | **Домашнее задание** |
| **Четверг, 09.04.20 0** | **7** |  | Работа с ЭОР | **Спортивные игры****5А** | Участие в **онлайн-проекте**[**#Сейчасмыдома**](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%A1%D0%B5%D0%B9%D1%87%D0%B0%D1%81%D0%BC%D1%8B%D0%B4%D0%BE%D0%BC%D0%B0), | https://vk.com/feed?q=%23%D1%E5%E9%F7%E0%F1%EC%FB%E4%EE%EC%E0&section=search | Снять виде о занятии спортом или составить комплекс упражнений |
| **8** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****9В** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |
| **9** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****9Е** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Урок**  | **Время**  | **Способ**  | **Предмет, учитель** | **Тема урока (занятия)** | **Ресурс**  | **Домашнее задание** |
| **Пятница, 10.04.2** | **8** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****7В** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |
| **9** |  | Работа с ЭОР | **ОФП****7Д, 9Д** | Лазанье по канату. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, с набивными мячами | 1.<https://www.youtube.com/watch?v=mzh__DLCR4M>2.<https://www.youtube.com/watch?v=9euUZlyyWGI>3.<https://www.youtube.com/watch?v=E340v5zHjYU>4.<https://www.youtube.com/watch?v=0eqR3Y80MgY> | Просмотреть видео. Выполнить конспект и задания |