

ФИО учителя Деменкова Ирина Николаевна
Предмет Русский язык
Класс 6А

Период	Дата	Модуль Раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представ ления результата тов	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20- 19.04.20	13.04	Ур. 153 Условное наклонение	Дистанционная Самостоятельная работа на платформе РЭШ (Российская Электронная Школа) Выбрать предмет Русский язык 6 класс Видеоурок №90 (просмотреть урок)	Ссылка на платформу РЭШ (Российская Электронная Школа) https://resh.edu.ru/ Учебник Стр.117-120 Выполнить Упр.544 по заданию	Выслать фотографию выполненного упр.527 на электронную почту	Электронная почта: L1teratura2020@yandex.ru	13.04. В 17.30	Все учащиеся получают оценку за выполненное упр.544 из учебника на стр. 119
	13.04	Ур.154 Повелительное наклонение	Дистанционная Самостоятельная работа на платформе РЭШ (Российская Электронная Школа) Выбрать предмет Русский язык	Ссылка на платформу РЭШ (Российская Электронная Школа) https://resh.edu.ru/ Учебник Стр.121-127	Выслать фотографию выполненного конспекта статьи учебника на электронную почту	Электронная почта: L1teratura2020@yandex.ru	13.04. В 17.30	Все учащиеся получают оценку за конспект статьи учебника

			6 класс Видеоурок №91 (просмотреть урок)	Выполнить конспект статьи учебника в тетради для правил				
	14.04	Ур.155 Повелительное наклонение	Дистанционная Самостоятельная работа на платформе РЭШ (Российская Электронная Школа) Выбрать предмет Русский язык 6 класс Видеоурок №91 (просмотреть урок)	Ссылка на платформу РЭШ (Российская Электронная Школа) https://resh.edu.ru/ Учебник Стр.124 Упр.553 (по заданию) словарь	Выслать фотографию выполненного упр.553 на электронную почту	Электронная почта: L1teratura2020@yandex.ru	14.04 В 17.30	Все учащиеся получают оценку за выполненное упр.553 из учебника на стр. 124
	15.04	Ур.156 Употребление наклонений	Дистанционная Самостоятельная работа на платформе РЭШ (Российская Электронная Школа) Выбрать предмет Русский язык 6 класс Видеоурок №93 (просмотреть урок)	Ссылка на платформу РЭШ (Российская Электронная Школа) https://resh.edu.ru/ Учебник Стр.128-130 Упр.567 по заданию	Выслать фотографию выполненного упр.567 на электронную почту	Электронная почта: L1teratura2020@yandex.ru	15.04 В 17.30	Все учащиеся получают оценку за выполненное упр.567 из учебника на стр. 130

	17.04	Ур.157 Употребление наклонений.	Дистанционная Самостоятельная работа на платформе РЭШ (Российская Электронная Школа) Выбрать предмет Русский язык 6 класс Видеоурок №93 (просмотреть урок)	Ссылка на платформу РЭШ (Российская Электронная Школа) https://resh.edu.ru/ Учебник Стр.128 Упр.564 по заданию	Выслать фотографию выполненного упр.564 на электронную почту	Электронная почта: L1teratura2020@yandex.ru	17.04 В 17.30	Все учащиеся получают оценку за выполненное упр.564 из учебника на стр. 128
	17.04	Ур.158 Употребление наклонений	Дистанционная Самостоятельная работа на платформе РЭШ (Российская Электронная Школа) Выбрать предмет Русский язык 6 класс Видеоурок №93 (просмотреть урок)	Ссылка на платформу РЭШ (Российская Электронная Школа) https://resh.edu.ru/ Учебник Стр.130 Упр.567 по заданию	Выслать фотографию выполненного упр.567 на электронную почту	Электронная почта: L1teratura2020@yandex.ru	17.04 В 17.30	Все учащиеся получают оценку за выполненное упр.567 из учебника на стр. 130

ФИО учителя Лакаева С.А
 Предмет литература
 Класс 6А

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20, 19.04.20	14.04, 15.04, 17.04	Мигель де Сервантес Сааведра . «Дон Кихот»., Ф,Шиллер. «Перчатка»	Смешанная	Viber(группа дистанционного обучения) https://invite.viber.com/?g=3091dwKUkkr1OQNaVP3t4gHBDem184N Учебник 1.Стр 218-220 (конспект) 2.Стр 220 ,вопр.1 устно 3.стр.221, 222	Фото заданий, голосовое сообщение ,видео запись	Задание в группе Viber https://invite.viber.com/?g=3091dwKUkkr1OQNaVP3t4gHBDem184N	18.00 ДО 16.00	фронтальная индивидуальная

				конспект 4.стр.222- 226 читать Вопр.1,ст р.226 устно				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

ФИО учителя: Давыдова Светлана Николаевна
 Предмет: математика
 Класс: 6А

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04-18.04	14.04.20	Действия с рациональными числами Решение уравнений	Самостоятельная работа обучающихся	Учебник, Математика 6 кл. § 41(конспект подробный с примерами) № 1143	Фотография заданий и отправка на почту	DavydovaSN85@gmail.com	Дата, время (15.04. 2020 в 17.00)	Оценка за содержание
	16.04.20	Действия с рациональными числами Решение уравнений	1.Самостоятельная работа обучающихся 2.Самостоятельная работа на платформе https://uchi.ru/	1.Учебник, Математика 6 кл. §41. №1145,1168 2.Работа на платформе https://uchi.ru/	1. Фотография заданий и отправка на почту 2.На платформе https://uchi.ru/	DavydovaSN85@gmail.com	Дата, время (17.04. 2020 в 17.00)	1.Оценка за содержание 2.Оценка за тест

17.04.20	Действия с рациональными числами Решение уравнений	Самостоятельная работа обучающихся	Учебник, Математика 6 кл. \$ 41 № 1146	Фотография заданий и отправка на почту	DavydovaSN85@gmail.com	Дата, время (18.04. 2020 в 17.00)	Оценка за содержание
17.04.20	Действия с рациональными числами Решение уравнений	1.Самостоятельная работа обучающихся 2.Самостоятельная работа на платформе https://uchi.ru/	1.Учебник, Математика 6 кл. \$ 41 № 1147 2. Работа на платформе https://uchi.ru/	1.Фотография заданий и отправка на почту 2.На платформе https://uchi.ru/	DavydovaSN85@gmail.com	Дата, время (18.04. 2020 в 17.00)	1.Оценка за содержание 2.Оценка за тест
18.04.20	Действия с рациональными числами Решение уравнений	1.Самостоятельная работа обучающихся 2.Самостоятельная работа на платформе https://uchi.ru/	1.Учебник, Математика 6 кл. \$ 41 № 1149 2.Работа на платформе https://uchi.ru/	1. Фотография заданий и отправка на почту 2.На платформе https://uchi.ru	DavydovaSN85@gmail.com	Дата, время (19.04. 2020 в 17.00)	1.Оценка за содержание 2.Оценка за работу

ФИО учителя: Гуль Ирина Алексеевна, электронная почта englishgul@yandex.ru

Предмет: Английский язык

Классы: 6А.

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
14.04 – 18.04	14.04	Модуль 6 Тема: Археологические открытия Ознакомительное чтение. Аудиодиск к учебнику.	Комбинированный, асинхронный. Самостоятельное чтение текста	Video https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17736899428988666221&text=video%20for%20kids%20terracotta%20army&path=wizard&parent-reqid=1586446885828037-603391392314716003400158-production-app-host-man-web-yp-62&redircnt=1586446894.1	Выполнение упр. 1,2,3 стр 54 в рабочей тетради.	Через почту учителя englishgul@yandex.ru	14 апреля 17.00	Оценка индивидуальная, по результату
	15.04	Чтение с полным пониманием.	Контроль понимания содержания текста	Составление вопросов по тексту. Перевод с русского.	Фото на почту учителя.	Почта учителя englishgul@yandex.ru	15 апреля 17.00	Оценка по результату.
	16.04	Грамматика. Пассив	Видео урок https://interneturok.ru/lesson/english/5-6-klassy/unit-	Интернетурок.ру	Выполнение самостоятельной письменной работы.	Почта englishgul@yandex.ru	16-17 апреля 17.00	Оценка результата.

ФИО учителя: Мясников Алексей Анатольевич
Предмет: английский язык
Класс: 6а

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20-18.04.20	14.04.20	Модуль 5. Развитие грамматических навыков. Страдательный залог .	Асинхронный урок; самостоятельная работа обучающихся	Учебник, GR 10, письменно перевести и учить выделенные лексико-грамматические конструкции	Фотографии заданий, выполненных письменно	Через электронную почту: alanmדיstant@yandex.ru	15.04.20; 17.00	Отметка за содержание выполненной работы
13.04.20-18.04.20	15.04.20	Модуль 5. Семантизация лексик по теме «Особые аттракционы»	Асинхронный урок; самостоятельная работа обучающихся	Рабочая тетрадь, стр. 49, упр. 1, 2	Фотографии заданий, выполненных письменно	Через электронную почту: alanmדיstant@yandex.ru	16.04.20; 17.00	Отметка за содержание выполненной работы
13.04.20-18.04.20	16.04.20	Модуль 5. Тест по модулю	Асинхронный урок; самостоятельная работа обучающихся	Материалы теста	Фотографии заданий, выполненных письменно	Через электронную почту:	16.04.20; 16.00	Отметка за содержание выполненной работы

		5				alanmdi-stant@yandex.ru		
13.04.20-18.04.20	17.04.20	Модуль 6. Искусство и культура. Чтение с общим пониманием информации текста	Асинхронный урок; самостоятельная работа обучающихся	Учебник, письменно перевести и учить лексику из упр. 1 и из рамки на стр. 98, написать план пересказа текста из упр. 2	Фотографии заданий, выполненных письменно	Через электронную почту: alanmdi-stant@yandex.ru	18.04.20; 17.00	Отметка за содержание выполненной работы
13.04.20-18.04.20	18.04.20	Модуль 6. Развитие грамматических навыков. Страдательный залог.	Асинхронный урок; самостоятельная работа обучающихся	Рабочая тетрадь, стр. 89, упр. 1, 2, 3, учить лексико-грамматические конструкции страдательного залога	Фотографии заданий, выполненных письменно	Через электронную почту: alanmdi-stant@yandex.ru	19.04.20; 17.00	Отметка за содержание выполненной работы

ФИО учителя: Руденко Татьяна Арнольдовна

Предмет: Английский язык

Классы: 6А

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04 – 19.04	14.04	<u>Модуль 6</u> <u>Искусство и культура</u> Повторение грамматики: Страдательный залог	асинхронный.	Учебник стр.100, выполнение грамм. упражнений	файл выполненного упражнения	Через почту учителя *. ta_rudenko@bk.ru	15.04 До 15-00	Оценка индивидуальная, по результату
	15.04	Чтение с извлечением необходимой информации Семантизация лексики по тексту	Самостоятельная работа учащихся	Учебник стр.102 Выполнение упражнений по лексике и содержанию текста	файл выполненного упражнения	Через почту учителя ta_rudenko@bk.ru	16 .04 До 15-00	Оценка по результату
	16.04	Повторение лексики по теме Магазины Развитие диалогической речи	Самостоятельная работа учащихся	Учебник с.104, Выполнение лексических упражнений Составление диалога Упр.8 стр.105	файл выполненного задания	Через почту учителя ta_rudenko@bk.ru	17 .04 До 15-00	Оценка по результату

17.04	Развитие грамматических навыков: Страдательный залог	Самостоятельная работа учащихся.	Выполнение грамматических упражнений (перевод с русского на английский)	файл выполненного задания	Через почту учителя ta_rudenko@bk.ru	18.04 До 15-00	Оценка по результату
18.04	Развитие грамматических навыков: Косвенная речь	Самостоятельная работа учащихся.	Учебник раздел GR11 (Изучение повторение) правила Составление грамматической карточки с примерами	файл выполненного задания	Через почту учителя ta_rudenko@bk.ru	19-20.04 До 15-00	Оценка по результату

-
- Почта учителя ta_rudenko@bk.ru

ФИО учителя Сагитдинова Рената Маратовна
 Предмет французский язык
 Класс 6а

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Т ат оц
13.04.20-19.04.20	14.04 15.04	Аудирование с выборочным пониманием содержания	Видеоконференция с учителем согласно расписанию. Самостоятельная работа обучающихся	Видеоконференция с учителем (платформа zoom) Стр. 26 №2 (чтение, перевод) Стр. 27 № 5 (чтение, перевод). Выучить правила употребления частичных артиклей.	Фотография заданий Аудиозапись чтения	Sagitdinova.rena@yandex.ru https://vk.com/id152465456	19.04 2020 в 15.00	с

ФИО учителя Абрамова Светлана Николаевна
Предмет Немецкий язык
Класс 6 «а» класс

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04-17.04	17.04	Модуль 6 «Мой город» Повторение лексического и грамматического материала	Видеоурок https://videouroki.net/tests/meine-stadt.html	https://videouroki.net/tests/meine-stadt.html Тест. Meine Stadt Пройти тест, отправить фото отметки, полученной за прохождение теста на электронную почту westa167026@mail.ru	Выполненные задания на эл. почту (фотография) westa167026@mail.ru	westa167026@mail.ru	17.04.2020 19:00	Оценка за выполненное задание
	18.04	«Perfekt» неправильных глаголов	Самостоятельная работа обучающихся	Сборник упражнений Немецкий язык 5-6 класс стр.40, упр.1-6 Сборник есть в группе в ВК	Выполненные задания на эл. почту (фотография) westa167026@mail.ru	westa167026@mail.ru	18.04.2020 19:00	Оценка за выполненное задание

				https://vk.com/club193868043	il.ru			
--	--	--	--	---	---------------------------	--	--	--

ФИО учителя Пронина Т.Д. Баранова Т.Ю.
 Предмет Технология
 Класс 6 «а»

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20 - 19.04.20	16.04.20	Блюда из круп и макаронных изделий	Самостоятельная работа (асинхронный)	Учебник §33 Читаем стр.165 – 169. Устно отвечаем на вопросы (стр170). На стр. 169 в рубрике «Используем компьютер» находим в интернете: 1.Историю возникновения макаронных изделий и знакомимся с ней. 2.Таблицу «Калорийность и состав круп» или распечатываем, или записываем её в тетрадь. Презентации https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6022421524087302228	Сканы, фотокопии выполненных заданий	Пронина Т.Д. pronina-tatian@yandex.ru Баранова Т.Ю. 544spb@rambler.ru	19.04.20 в 17.00	Фронтальная

				<u>&text=приготовлени е%20блюд%20из%20 круп%20и%20макар онных%20изделий% 206%20класс&path= wizard&parent- reqid=1586250257494 601- 943061336691119733 200156-production- app-host-man-web- ур- 68&redircnt=1586250 324.1</u>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

ФИО учителя Герасимова Анна Юрьевна
 Предмет Обществознание
 Класс 6 а

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20-19.04.20	13.04.20	§10. Человеческие добрые дела	асинхронный	Учебник с.91 рубрика «В классе и дома» ответить письменно на вопросы 2,6 с.92 «Учимся делать добро» Создай свой «Марафон добрых дел». Фотоотчет. Презентации https://interneturok.ru/lesson/obshchestvoznaniye/6-klass/dobrodeteli/dobrota https://resh.edu.ru/subject/24/6/	Сканы, фотокопии выполненных заданий	socialstudies544do@yandex.ru	17.04.20 в 17.00	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальная, • Фронтальная

ФИО учителя Буркова Лариса Петровна
Предмет Изобразительное искусство
Класс 6 «А» класс

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20-19.04.20	14.04.2020.	Изображение пространства.	<p>Самостоятельная работа обучающихся (асинхронная форма обучения).</p> <p>«Российская электронная школа». Урок 15. «Изображение пространства» https://resh.edu.ru/subject/lesson/7892/main/266681/</p>	<p>Сделать графические наброски «Вид из окна».</p> <p>Учебник ИЗО 6 класс https://clck.ru/MvVW9 стр. 142 – 145.</p> <p>Композиционная рамка https://youtu.be/Veru6XCZYTg</p> <p>Задание №3 <u>по желанию</u> – изготовить «сетку Альберти» https://clck.ru/MvmfE (на дополнительную отметку).</p>	Фотография выполненного задания с указанием ФИ, класса.	lburkova.distant@mail.ru	20.04.2020 до 17.00.	Фронтальная

ФИО учителя Пронина Т.Д.
 Предмет история
 Класс 6 А

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04 - 19.04	15.04	§17 Северо-Западная Русь между Востоком и Западом	Самостоятельная работа обучающихся	Учебник Стр. 26 ответить на вопросы после документа. Составить кроссворд по понятиям § 15-17 (кроссворд по желанию). https://vk.com/public194005467?z=video-194005467_456239018%2F081175bc5e323267d7%2Fpl_wall-194005467	Фотография заданий	по email pronina-tatian@yan.dex.ru	15.04 до 18.00	Оценка за содержание
	19.04	§18 Золотая орда. Государственный строй,	Самостоятельная работа обучающихся	Учебник Вопрос 6 на стр. 33 письменно. Стр. 33-34 ответить на вопросы 1, 3	Фотография заданий	по email pronina-tatian@yan.dex.ru	19.04 до 18.00	Оценка за содержание

		население, экономика и культура		после документов.		yandex.ru		
--	--	---------------------------------------	--	----------------------	--	---	--	--

ФИО учителя Юпова Т.А.
 Предмет география
 Класс 6 а

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20 - 18.04.20	16.04.20	ТПК: ледяные пустыни и тундры	Самостоятельная работа обучающихся https://infourok.ru/ledyanie-pustini-i-tundra-prezentaciya-po-geografii-klass-1061325.html	Учебник параграф 56 прочитать и выполнить на стр.143 задание 2,3 в тетради	Фотография задания на эл. почту	544geo45@mail.ru	20.04.20 с 9.00 до 20.00	Фронтальная

ФИО учителя Егорова Виктория Александровна
Предмет Биология
Класс 6 «А»

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результата (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20-19.04.20	18.04	Раздел 3. Классификация растений. Тема «Основы систематики растений»	Самостоятельная работа обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> Сайт по биологии: https://sites.google.com/view/biology544/6-классы/6-а-б-б-б-в На данном сайте будут представлены видеоуроки. Изучить § 26, устно ответить на вопросы после параграфа. На стр. 52-54 решить весь тест. 	Фотография заданий	Почта: 79517229929@yandex.ru Vk: https://vk.com/vika_ego_rowaaa	19.04.2020 до 18:00	Оценки за содержание выполненной работы

ФИО учителя Мамлеева Нелли Андреевна
Предмет музыка
Класс 6А

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20-19.04.20	13.04	Программная увертюра «Эгмонт»	Самостоятельная работа обучающихся (асинхронный)	Учебник (http://padabum.com/d.php?id=180650 скачать) стр: 138-140 Прочитать содержание увертюры. Прослушать увертюру «Эгмонт» на https://www.youtube.com/	Выполненное задание выслать на электронную почту.	Электронная почта dzmamleeva@mail.ru	До 18.04.20	Оценка за содержание

ФИО учителя Николаев Николай Павлович
Предмет **Физическая культура**
Класс **6 «А»**

Комплекс упражнений для утренней гимнастики: <https://www.youtube.com/watch?v=xit7yDZguYY>

Период	Дата	Модуль, раздел (тема)	Форма обучения (проведения урока)	Задания с указанием образовательного ресурса	Форма представления результатов	Обратная связь	Дата, время представления результатов (Час дедлайна)	Текущая аттестация, оценивание
13.04.20-18.04.20	13.04 16.04 18.04	Укрупнение материала /Волейбол/	Самостоятельная работа	<p>I. Практическое задание:</p> <p>1. ОРУ (Общеразвивающие упражнения) -5 мин (https://www.youtube.com/watch?v=xit7yDZguYY)</p> <p>Видео упражнений по ссылке- https://cloud.mail.ru/public/4xcT/4LXqBSUAy</p> <p>2. Приседания -20-40 раз</p> <p>3. Планка – 30-60 сек.</p> <p>4. Берпи-10-20 раз</p> <p>5. Стульчик - 30-60 сек.</p> <p>6. Пресс- 1мин</p> <p>7. Отжимания- 10-25 раз</p> <p>8.Планка упор на локти - упор лежа – 30 сек- 1 мин.</p> <p>9. Прыжки с хлопками 20-40 раз</p>	Фотография дневника самоконтроля	sportzal544@yandex.ru	18.04.2020 в 18:00	Оценка за содержание

				<p><u>Отдых между упражнениями 1-3 мин.</u></p> <p><u>Заполняем дневник самоконтроля на 2 стр. (ниже)</u></p> <p><u>Обучающиеся подготовительной группы здоровья выполняют только ОРУ. Дневник самоконтроля ЗАПОЛНЯЮТ!</u></p>					
13.04.20-18.04.20	13.04 16.04 18.04	Укрупнение материала /Волейбол/	Самостоятельная работа	<p>II. Теоретическое задание:</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся: Учебник 5-7 классы, параграф № 9, тема: «Основные приемы: стойка и перемещения» стр. 118-119.</p> <p>https://cloud.mail.ru/public/4xcT/4LXqBSUAy</p> <p>Ответить на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Описать стойку волейболиста. 2.Перечислить основные виды перемещений волейболиста 	Фотография выполненного задания	sportzal544@yandex.ru	16.04.2020 18:00	в	Оценка за содержание

Дневник самоконтроля ученика 6 А класса _____

Показатели	Даты			
	Пример (13.04-18.04)			
Самочувствие	(Отличное/хорошее/плохое)			
Желание заниматься	(да/нет)			
Пульс в состоянии покоя	Ударов в минуту https://youtu.be/H2ngFpAUWNE			
Пульс после комплекса упражнений	Ударов в минуту			
ОРУ (Общеразвивающие упражнения)	5 мин			
Приседания	20-40 раз			
Планка	30-60 сек.			
Берпи	10-20 раз			
Стульчик	30-60 сек.			
Пресс	30-60 сек.			
Отжимания	10-25 раз			
Планка упор на локти - упор лежа	30-60 сек.			
Прыжки с хлопками	20-40 раз			