

Физическая культура 8 класс учитель: Окунев С.В.

Дата	Тема урока	Домашнее задание
23.11.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения без предметов.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: подъём туловища – 35 раз (девушки), 50раз (юноши).
24.04.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения с мячом.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: отжимание – 30 раз (девочки), 50 раз (юноши) в чередовании с отдыхом.