

ГБОУ Республики Марий Эл «Косолаповская школа – интернат»

Физическая культура 6 класс учитель: Соколов Е.А.

Дата	Тема урока	Домашнее задание
17.11.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения без предметов.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: приседания – 30 раз (девочки), 50раз (мальчики).
20.11.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения с мячом.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: отжимание – 15 раз (девочки), 20 раз (мальчики)

Физическая культура 9 класс учитель: Соколов Е.А.

Дата	Тема урока	Домашнее задание
16.11.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения без предметов.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: приседания – 50 раз (девушки), 70раз (юноши).
19.04.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения с мячом.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: отжимание – 25 раз (девочки), 35 раз (юноши)

ГБОУ Республики Марий Эл «Косолаповская школа – интернат»

Физическая культура 7 класс учитель: Окунев С.В.

Дата	Тема урока	Домашнее задание
17.11.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения без предметов.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: приседания – 30 раз (девочки), 50раз (мальчики).
20.11.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения без предметов.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: отжимание – 15 раз (девочки), 20 раз (мальчики)

Физическая культура 8 класс учитель: Окунев С.В.

Дата	Тема урока	Домашнее задание
16.11.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения без предметов.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: приседания – 50 раз (девушки), 70раз (юноши).
17.04.2020г.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения с мячом.	Ежедневная утренняя зарядка, общефизические упражнения: отжимание – 25 раз (девочки), 35 раз (юноши)