11 В

09.04, четверг

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Физическая культура  Учитель Полетаев Михаил Павлович | Ноги 1. Присед ноги широко руки за головой 3 подхода по 20 повторений 2. Выпады с короткой амплитудой руки за головой по переменно 3\*15 на каждую ногу 3. Присед ноги узко до параллели руки за головой 3\*20 4. Подъем на носки 3\*30 5. Сгибания разгибания рук в упоре лежа (отжимания) от дивана 3\*20 Спина 6. Лежа на животе прогнуться в исходное положение (лодочка) 3\*20 Пресс 7. Складка 3\*20 8. Упражнения на гибкость 3-5 мин. |
| 2 | Обществознание  Учитель Стольников Александр Сергеевич | Онлайн занятие 9.40 -11.20 с перерывом 15 минут |
| 3 | Литература  Учитель Рынина Татьяна Михаловна | **Александр Исаевич Солженицын (1918-2008)**  В тетради кратко записать основные моменты из биографии.  **Повесть «Один день Ивана Денисовича»**  Дать характеристику образу Ивана Денисовича Шухова: какие качества характера и в каких ситуациях проявляются?  Ответить на вопрос: Почему этот один день, описанный в повести, кажется герою «почти счастливым»?  Задание выполняем в тетради и до 15 апреля фотографию работы отправляем на почту rynina.tanya@mail.ru |