

## Расписание внеурочной деятельности для учащихся 8 «Б» класса

<b>среда 15.04.2020</b>						
Урок	Время	Способ	Предмет	Тема урока (занятия)	Ресурс	Домашнее задание
<b>ОБЕД 13.40 - 14.40</b>						
7	14.40 - 15.10	С помощью ЭОР	Секция «Баскетбол»	Постановка заслона	Выполнить комплекс упражнений: 1 упр. "Лягушка" - 30 прыжков. 2 упр. Выпады со сменой ног в прыжке - 30 раз. 3 упр. "Планка" - 60 сек. 4 упр. "Подъём туловища из положения лежа на спине"- 50 повторов. Все упражнения повторяем по кругу 3 раза, отдых по 1 минуте.	Не предусмотрено
8	15.30 - 16.00					