|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Классы | Тема урока | Ссылка на изучение темы | Домашняя работа | ФИО учителя | Эл.почта учителя |
| Все 8-е классы | ТБ на занятиях по кроссовой подготовке. Бег 10 мин. Специальные беговые упражнения. Игра «Лапта» | <https://www.youtube.com/watch?v=WAX97LbQfYI>  <https://www.youtube.com/watch?v=R34ioijbeXU>  <https://www.youtube.com/watch?v=3SM6D3-S220> | Приседание 25х3 | Калин-оол Ч. М. | [choduraa.ondar.89@bk.ru](mailto:choduraa.ondar.89@bk.ru) |
| Бег 15 мин. Преодоление горизонтальных препятствий. Игра «Лапта» | <https://www.youtube.com/watch?v=FTbsk6KMcPA>  <https://www.youtube.com/watch?v=3SM6D3-S220> | Отжимание 15х3 |
| Бег 15 мин. Развитие выносливости. Игра «Лапта» | <https://www.youtube.com/watch?v=gPyxIBBzqUc>  <https://www.youtube.com/watch?v=3SM6D3-S220> | Прыжки с приседа (бабочка) 10х2 |