

10-а класс

Физика, 10а

Почта для связи с преподавателем gaftag@rambler.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1 09.04.2020	Звуковые волны П54 РЭШ, Урок№15 WA	Рассылка заданий на сайте школы	П54. Упр50(1-3)	09.04.2020	WhatsApp +7 9046654350 gaftag@rambler.ru
2 09.04.2020	Эффект Доплера. П55, Конспект по учебнику. WA	Рассылка заданий на сайте школы	П55. Написать ответы на вопросы 1-5 на стр220	16.04.2020	WhatsApp +79046654350 gaftag@rambler.ru
3 16.04.2020	Электрический заряд. Квантование заряда. П56. МГ-10-58 Видеоконференция. Zoom	Рассылка заданий на сайте школы	П56. Написать ответы на вопросы 1-5 стр255	16.04.2020	WhatsApp +7 79046654350 gaftag@rambler.ru
4 16.04.2020	Электризация тел. Закон сохранения заряда. П57. РЭШ Урок26, трен-ые задания	Рассылка заданий на сайте школы	П57. Решить задачи 1-3 Стр229	23.04.2020	WhatsApp +7 79046654350 gaftag@rambler.ru

Астрономия, 10а

Почта для связи с преподавателем gaftag@rambler.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
----------------------------	---	--	--	--------------------------------	--

1 08.04.2020	Эволюция звезд , ее этапы и конечные стадии. Zoom.Vu30.WA Видеоконференция.	Рассылка заданий на сайте школы	П27. Тест.	15.04.2020	WhatsApp +7 9046654350 gaftag@rambler.ru
2 08.04.2020	Состав и структура галактики. Межзвездный газ и пыль.	Рассылка заданий на сайте школы	П28. Тест.	22.04.2020	WhatsApp +79046654350 gaftag@rambler.ru

Информатика, 10-а класс

Почта для связи с преподавателем – rmo-inf2007@yandex.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1,08.04.2020	Работа с массивами. Работы 3.6, 3.7 Учебник §26	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §26 Сделать опорный конспект в тетрадях Выполнить Работу 3.6 (уровень 1) №2,3,5 стр.249-250	11.04.2020	Электронная почта rmo-inf2007@yandex.ru
2,15.04.2020	Символьный тип данных Учебник §27	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §27,28 Сделать опорный конспект в тетрадях Выполнить упр.3,4 стр.190	18.04.2020	Электронная почта rmo-inf2007@yandex.ru

Класс: 10-а

Предмет: математика

Почта для связи с преподавателем – abrarova.alsu@yandex.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	Сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
----------------------------	---	--	---	--------------------------------	---

1, 06.04.2020	Понятие и вычисление производной n-го порядка Учебник §41, п.3	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §41, п.3, выучить Решить №41.30, №41.33, №41.64	08.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
2, 07.04.2020	Контрольная работа №8 «ПЕРПЕНДИКУЛЯРНОСТЬ В ПРОСТРАНСТВЕ»	Рассылка заданий на сайте школы	Решить контрольную работу(текст работы будет отправлен в группу 03.04.2020)	До12 часов 07.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
3, 08.04.2020	Дифференцирование сложной функции. Учебник §42	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §42, выучить опред., теорему, Решить:№ 42.1 -№ 42.5	09.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
4, 09.04.2020	Дифференцирование сложной функции. Учебник §42	Рассылка заданий на сайте школы	Решить №42.15, 42.16	10.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
5, 09.03.2020	Уравнение касательной к графику функции. Учебник §43	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §43 выучить алгоритм составления уравнения касательной к графику, разобрать примеры 1,2 по учебнику . Решить №43.1-№43.5,	10.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
	Алгоритм составления уравнения касательной к графику функции $y = f(x)$ Учебник §43	Рассылка заданий на сайте школы	§43, разобрать примеры 3,4 по учебнику.Решить№,43.14- 43.16,4	15.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
	Решение задач. Учебник §43	Рассылка заданий на сайте школы	Решить №,43.22, 43.24	16.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
6, 16.03.2020	Контрольная работа №10 (2ч) по теме «Производная».	Рассылка заданий на сайте школы	Решить контрольную работу(текст работы будет отправлен в группу 09.04.2020)	До12 часов 16.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
7, 10.04.2020	Геометрическое тело. Призма Учебник п.27-29	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить п.27-29. Решить №218, №220	14.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
	Виды призм. Площадь поверхности прямой призмы. Построение сечений призмы, п.30.	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить п.30. Решить №221,224,	17.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK
	Наклонная призма. Площадь поверхности наклонной	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить п.30-31 Решить №227,229,	21.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru ,VK

	призмы, п.30-31				

Класс: 10-а

Предмет: родной(татарский) язык

Почта для связи с преподавателем –abrarova.alsu@yandex.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1, 11.04.2020	Послелог и послеложные слова/ Бэйлекләр һәм бэйлек сүзләр. Учебник стр.132	Рассылка заданий на сайте школы	Стр. 132, прочитайте правило, упр.4 (составить предложения)	18.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru, VK
2, 18.04.2020	Наречие / Рәвеш. Учебник стр.139	Рассылка заданий на сайте школы	Упр.4,5;стр.139 (составить предложения)	25.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru, VK

Класс: 10-а

Предмет: родная (татарская) литература

Почта для связи с преподавателем –abrarova.alsu@yandex.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	Сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1, 07.04.2020	Г.Камал “Банкрот”/ Г.Камал “Банкрот”	Рассылка заданий на сайте школы	Посмотреть спектакль https://vmire.city/video/6nUy9kyF9DU	10.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru VK

	Г.Камал “Банкрот”/ Г.Камал “Банкрот”	Рассылка заданий на сайте школы	Посмотреть спектакль https://vmire.city/video/6nUy9kyF9DU , составить диалог	11.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru VK
2, 11.04.2020	Жизнь и творчество Г.Кутуя/ А.Кутуйның тормыш юлы	Рассылка заданий на сайте школы	Посмотреть презентацию, записать кратко в тетрадь https://nsportal.ru/shkola/rodnoy-yazyk-i-literatura/library/2018/10/02/gadel-kutuy-izhaty-tapshyrylmagan-hatlar	14.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru VK
	Г.Кутуй. «Тапшырылмаган хатлар» / «Неотосланные письма».	Рассылка заданий на сайте школы	Прочитать отрывок из произведения http://www.kitap.net.ru/hatlar.php Составить диалог	17.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru VK
	Г.Кутуй. «Тапшырылмаган хатлар» / «Неотосланные письма».	Рассылка заданий на сайте школы	Прочитать отрывок из произведения (в группе), http://www.kitap.net.ru/hatlar.php Составить диалог	18.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru VK
3, 18.04.2020	Жизнь и творчество М.Файзи/ М.Фэйзинең тормыш юлы	Рассылка заданий на сайте школы	Посмотреть презентацию, записать кратко в тетрадь https://infourok.ru/prezentaciya-po-tatarskoy-literature-biografiya-i-tvorchestvo-mirhaydara-fayzi-821535.html	21.04.2020	abrarova.alsu@yandex.ru VK

Класс: 10а

Предмет: технология

Почта для связи с преподавателем – kyzma73@mail.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1, 11.04.2020	Дизайн офиса Интерьер офиса: цвет, освещение, мебель, офисное оборудование. Вывеска фирмы. Организация приема посетителей. Комфорт офиса	Рассылка заданий	Выполнить реферат (сообщение) по теме.	05.04.2020	kyzma73@mail.ru ВКонтакте
1, 18.04.2020	Имидж сотрудников Должностная инструкция. Поза и жесты. Манера сидеть. Улыбка. Одежда. Макияж. Современный уровень общения.		Выполнить реферат (сообщение) по теме.	12.04.2020	kyzma73@mail.ru ВКонтакте

Класс: 10-а

Предмет: русский язык

Почта для связи с преподавателем – paraneva.olga@yandex.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1, 08.04.2020	Формирование орфоэпических норм.	Рассылка заданий на сайте школы	Работа с орфоэпическим словарём, выполнение тестов на сайте Решу ЕГЭ	08.04.2020	WhatsApp 89270380427
	Подготовка к ЕГЭ. Комплексный анализ текста	Рассылка заданий на сайте школы	Работа на сайте Решу ЕГЭ	09.04.2020	WhatsApp 89270380427

2 10.04.2020	Употребление Ъ после шипящих согласных. Правописание разделительных Ъ и Ы знаков.	Рассылка заданий на сайте школы	Задание на сайте Решу ОГЭ	10.04.2020	WhatsApp 89270380427
	Правописание приставок на З-/С-; чередующиеся гласные в этих приставках. Правописание букв И и Ы в корне слова после приставок на согласную	Рассылка заданий на сайте школы	Задание на сайте Решу ОГЭ	15.04.2020	WhatsApp 89270380427
3 16.04.2020	Правописание безударных гласных и сомнительных согласных в корне слова	Рассылка заданий на сайте школы	Задание на сайте Решу ОГЭ	16.04.2020	WhatsApp 89270380427
	Общая характеристика сложноподчинённых предложений, виды придаточных предложений.	Рассылка заданий на сайте школы	Задание на сайте Решу ОГЭ	17.04.2020	WhatsApp 89270380427

Класс: 10-а

Предмет: литература

Почта для связи с преподавателем – paraneva.olga@yandex.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1, 06.04.2020	Библейские мотивы в романе «Преступление и наказание»	Рассылка заданий на сайте школы	Работа с текстом романа, цитатный план	06.04.2020	WhatsApp 89270380427
	Библейские образы в романе.	Рассылка заданий на сайте школы	Чтение романа, заполнение таблицы	10.04.2020	WhatsApp 89270380427

2 11.04.2020	Образ Сонечки Мармеладовой и проблема нравственного идеала автора	Рассылка заданий на сайте школы	Образная характеристика, ключевые цитаты.	11.04.2020	WhatsApp 89270380427
	«Преступление и наказание» как философский роман	Рассылка заданий на сайте школы	Чтение романа, ответы на вопросы учебника стр.156.	10.04.2020	WhatsApp 89270380427
3 17.04.2020	Проблема нравственного выбора героев романа.	Рассылка заданий на сайте школы	Эссе о нравственном выборе героев.	13.04.2020	WhatsApp 89270380427
	Вн. чт. №6 Произведения о Великой Отечественной войне.	Рассылка заданий на сайте школы	Отзыв о книге по теме «Произведения о Великой Отечественной войне.»	18.04.2020	WhatsApp 89270380427

Физическая культура, 10-а класс

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
78, 06.04.2020	Развитие выносливости. 1. https://resh.edu.ru/subject/lesson/5650/start/90371/ 2. Рассылка заданий на сайте школы	Рассылка заданий на сайте школы	Пройти по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/5650/start/90371/ выполнить 3 части (начнем урок, основная часть, тренировочные задания) Итог тренировочного задания прислать скриншот или фото.	07.04.2020	WhatsApp 89061151624, ВКонтакте
79, 07.04.2020	Развитие выносливости. 1. https://resh.edu.ru/subject/lesson/3679/start/196791/ 2. Рассылка заданий на сайте школы	Рассылка заданий на сайте школы	Пройти по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3679/start/196791/ выполнить 3 части (начнем урок, основная часть, тренировочные задания) Итог тренировочного задания прислать скриншот или фото.	08.04.2020	WhatsApp 89061151624, ВКонтакте
80, 10.04.2020	Переменный бег 1. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4779/start/170202/ 2. Рассылка заданий на сайте школы	Рассылка заданий на сайте школы	Пройти по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/4779/start/170202/ выполнить 3 части (начнем урок, основная часть, тренировочные задания) Итог тренировочного задания прислать скриншот или фото.	11.04.2020	WhatsApp 89061151624, ВКонтакте
81,	Переменный бег.	Рассылка	Пройти по ссылке:	14.04.2020	WhatsApp

13.04.2020	1. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4039/start/170229/ 2. Рассылка заданий на сайте школы	заданий на сайте школы	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4039/start/170229/ выполнить 3 части (начнем урок, основная часть, тренировочные задания) Итог тренировочного задания прислать скриншот или фото.		89061151624, ВКонтакте
82, 14.04.2020	Кроссовая подготовка. 1. https://resh.edu.ru/subject/lesson/5786/start/90534/ 2. Рассылка заданий на сайте школы	Рассылка заданий на сайте школы	Пройти по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/5786/start/90534/ выполнить 3 части (начнем урок, основная часть, тренировочные задания) Итог тренировочного задания прислать скриншот или фото.	15.04.2020	WhatsApp 89061151624, ВКонтакте
83, 17.04.2020	Развитие силовой выносливости. 1. https://resh.edu.ru/subject/lesson/3933/start/171005/ 2. Рассылка заданий на сайте школы	Рассылка заданий на сайте школы	Пройти по ссылке: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3933/start/171005/ выполнить 3 части (начнем урок, основная часть, тренировочные задания) Итог тренировочного задания прислать скриншот или фото.	18.04.2020	WhatsApp 89061151624, ВКонтакте

Класс: 10а

Предмет: английский язык

Почта для связи с преподавателем – *dilya1978.78@mail*.

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1, 06.04.2020	Влияние гаджетов на подростков. Работа с текстом.	Рассылка заданий на сайте школы	Стр122 упр 2	07.04.2020	Группа ВКонтакте WhatsApp 89874150562
2, 07.04.2020	Различные виды представлений. Введение речевых образцов согласия и отказа от предложения.	Рассылка заданий на сайте школы	Стр123 упр7	08.04.2020	Группа ВКонтакте WhatsApp 89874150562
3, 08.04.2020	Пассивный залог. Отработка грамматики.	Рассылка заданий на сайте школы	Стр126 упр2	13.04.2020	Группа ВКонтакте WhatsApp 89874150562
4, 13.04.2020	Пассивный залог. Отработка грамматики	Рассылка заданий на сайте школы	Стр127 упр6	14.04.2020	Группа ВКонтакте WhatsApp 89874150562
14.04.2020	Г.Леруа «Призрак оперы» Работа с текстом.	Рассылка заданий на сайте школы	Стр128 упр3	15.04.2020	Группа ВКонтакте WhatsApp 89874150562

15.04.2020	Составление краткого обзора книги, фильма. Отработка навыков письма	Рассылка заданий на сайте школы	Написать письмо Составление краткого обзора книги, фильма	20.04.2020	Группа ВКонтате WhatsApp 89874150562
------------	---	---------------------------------	---	------------	--

Химия, 10а класс

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1, 07.04.2020	Амины. Анилин Строение, свойства, применение. Учебник: §36	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §36, составить опорный конспект. Выучить уравнения хим.реакций, выполнить задания после §.	08.04.2020	WhatsApp 89586253671 Или почта <i>i.ishakova@yandex.ru</i>
2, 14.04.2020	Аминокислоты. Изомерия и номенклатура. Свойства. Применение. Учебник: §37	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §37, составить опорный конспект. выполнить задания после §. Повторить материал из курса биологии. Дополнительно: дать названия по ИЮПАК (химические) 20 аминокислотам – мономерам белков.	14.04.2020. Дополнительное задание – к 21.04.2020.	WhatsApp 89586253671 Или почта <i>i.ishakova@yandex.ru</i>

Биология, 10а класс

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1,	Закономерности	Рассылка заданий на	Изучить §3.12, составить	08.04.2020	WhatsApp

07.04.2020	наследования. Дигибридное скрещивание. Учебник: §3.12	сайте школы	опорный конспект. Выполнить самостоятельную работу «Составление простейших схем скрещивания», ответить на вопросы после §.		89586253671 Или почта <i>i.ishakova@yandex.ru</i>
2, 14.04.2020	Хромосомная теория наследственности. Учебник: §9.3	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §9.3 составить опорный конспект.	21.04.2020	WhatsApp 89586253671 Или почта <i>i.ishakova@yandex.ru</i>

География, 10-а класс

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1 10.04.2020	Машиностроение. Учебник: тема 5 https://interneturok.ru/lesson/geografy/10-klass/bgeografiya-otraslej-mirovogo-hozyajstvab/geografiya-mirovogo-mashinostroeniya	Рассылка заданий на сайте школы	Прочитать тему 5 ответить на вопросы, контурная карта https://interneturok.ru/lesson/geografy/10-klass/bgeografiya-otraslej-mirovogo-hozyajstvab/geografiya-mirovogo-mashinostroeniya/testcases	11.04.2020	WhatsApp 89274302735, biene43488@mail.ru VK (фото ответов в тетради или фото теста на сайте с результатом)
2 17.04.2020	Химическая и лесная промышленность. Учебник: тема 5, параграф 1 https://interneturok.ru/lesson/geografy/10-klass/bgeografiya-otraslej-mirovogo-hozyajstvab/himicheskaya-lesnaya-i-legkaya-promyshlennosti-mira-promyshlennost-i-okruzhayuschaya-sreda	Рассылка заданий на сайте школы	Прочитать тему 5, параграф 1 ответить на вопросы, контурная карта https://interneturok.ru/lesson/geografy/10-klass/bgeografiya-otraslej-mirovogo-hozyajstvab/himicheskaya-lesnaya-i-legkaya-promyshlennosti-mira-promyshlennost-i-okruzhayuschaya-sreda/testcases	18.04.2020	WhatsApp 89274302735, biene43488@mail.ru VK (фото ответов в тетради или фото теста на сайте с результатом)

Класс: 10-а

Предмет: История

Почта для связи с преподавателем – 39831@mail.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1, 06.04.2020	Третий период .Победа СССР в ВОв .Окончание второй мировой войны. Учебник: §20	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §20 Работа в тетрадях письменно с вопросами на стр 12.Вопрос №1,№2,№3.	08.04.2020	WhatsApp 89274394160
2, 08.04.2020	Советская разведка контрразведка в годы ВОв. Учебник: §21	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §21.Работа с источником стр 18,22. Вопросы на стр 23.Письменно в тетрадях выполнить вопросы №1,№2,№3,№4,№6,№7.	13.04.2020	WhatsApp 89274394160
3, 13.04.2020	Практические задания по теме ВОв. Учебник: §21	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §21.Стр 24.Работа с документами стр 25Вопросы выполнить письменно в тетрадь-№2,№3,№4,№5	16.04.2020	WhatsApp 89274394160
4, 16.04.2020	Место и роль послевоенном мире.Восстановление и развитие экономики. Учебник: §22	Рассылка заданий на сайте школы	Изучить §22.Стр 28.Работа с документами стр 28Вопросы выполнить письменно в тетрадь-№2,№3,№4,№5	20.04.2020	WhatsApp 89274394160

Класс: 10-а

Предмет: Обществознание

Почта для связи с преподавателем – 39831@mail.ru

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на образовательной платформе и т.д.)	форма проведения (рассылка заданий,	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон,
----------------------------	---	---	---	--------------------------------	---

		видеоконференция и т.д.)	т.д.)		почта и т.д.)
1, 06.04.2020	Права и обязанности гражданина Р.В. Сайт: https://interneturok.ru/lesson/obshchestvoznaniye/5-klass/rodina/grazhdanin-ego-prava-i-obyazannosti?seconds=0	Рассылка заданий на сайте школы	Законспектировать.	09.04.2020	WhatsApp 89274394160
2, 09.04.2020	Права и обязанности гражданина Р.Ф. Сайт: https://yandex.ru/tutor/subject/tag/problems/?ege_number_id=127&tag_id=19 .	Рассылка заданий на сайте школы	Решить задания теста..Составить сложный план по теме.	13.04.2020	WhatsApp 89274394160
3, 13.04.2020	Защита гражданских прав. Сайт: https://thclips.com/rev/видео+урок+гражданское+право+10+класс/	Рассылка заданий на сайте школы	Законспектировать. Составить сложный план по теме.	16.04.2020	WhatsApp 89274394160
4, 16.04.2020	.Конституционное судопроизводство. Сайт: https://infourok.ru/urok-prezentaciya-na-temu-konstitucionnoe-sudoproizvodstvo-1834516.html	Рассылка заданий на сайте школы	Домашнее задание :Написать эссе по афоризму Марка Туллия Цицерона «Мы должны быть рабами закона, чтобы стать свободными» или по афоризму Марка Порция Катона Старшего «Нет закона, который был бы всем по душе»Законспектировать презентацию по основным моментам.	20.04.2020	WhatsApp 89274394160

ОБЖ, 10 класс

Номер занятия, дата	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, урок на	форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и	задание для детей (решить примеры, написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	сроки выполнения работы	форма сдачи заданий (телефон, почта и
----------------------------	---	--	--	--------------------------------	---

	образовательной платформе и т.д.)	т.д.)			т.д.)
11..04.2020	Ручные осколочные гранаты. Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами.	Рассылка заданий на сайте школы	Проработать конспект	18.04.2020	VK, WhatsApp 89270346703
18.04.2020	Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни. Факторы и привычки, разрушающие здоровье.	Рассылка заданий на сайте школы	Проработать конспект	25.04.2020	VK, WhatsApp 89270346703

11..04.2020 Ручные гранаты

Учебные вопросы.

Назначение, боевые свойства и устройство ручной осколочной гранаты РГД-5.

Назначение, боевые свойства и устройство ручной осколочной гранаты Ф-1.

Меры безопасности при обращении с гранатами.

Ручные осколочные гранаты предназначены для поражения осколками живой силы противника в ближнем бою (при атаке, в окопах, убежищах, населенных пунктах, в лесу, в горах и т. д.).

На вооружении армии Казахстана состоят:

- ручная граната РГД-5;
- ручные гранаты РГН и РГО;
- ручная граната Ф-1.

В зависимости от дальности разлета осколков гранаты подразделяются на наступательные и оборонительные. Ручные гранаты РГД-5 и РГН относятся к наступательным, граната Ф-1 и РГО оборонительные.

Осколочная граната РГ-42 была разработана в 1942 г. С.Г. Коршуновым в ГСКБ-30 (при заводе №58 им. К.Е. Ворошилова) как простая в производстве, небольшая по габаритам и удобная в применении наступательная граната. Граната состоит из простого цилиндрического корпуса с трубкой для запала, металлической ленты в качестве осколочного элемента, разрывного заряда и запала. Металлическая лента насечена на квадратики и свернута у внутренней поверхности корпуса в 3-4 слоя. При взрыве она образует легкие осколки и способствует дроблению корпуса. По оси корпуса находится трубка для запала, закрываемая при хранении металлической крышкой или пластмассовой пробкой.

Характеристика:

- Масса гранаты - 420 г.
- Дальность броска - 30-40 м.
- Время замедления - 3,2-4,2 с.
- Радиус убойного действия осколков - 25 м.

1 учебный вопрос - Ручная наступательная граната РГД-5- дистанционного действия, предназначена для поражения живой силы противника в наступлении и в обороне. Метание гранаты осуществляется из положений при действиях в пешем порядке и на БТР.

Ручная наступательная граната РГД-5 Осколочная граната РГД-5 несколько легче и удобнее, чем РГ-42. РГД-5 состоит из корпуса с трубкой для запала, разрывного заряда и запала УЗРГМ (УЗРГМ-2). Обтекаемый корпус собран из верхней и нижней частей, каждая из которых включает внешнюю оболочку и вкладыш. Приведенная площадь рассеивания осколков - 28-32 кв.м. Отверстие для запала при хранении закрывается пластмассовой пробкой.

Для ношения ручных осколочных гранат служит брезентовая сумка на две гранаты с кармашком для запалов. Однако в последние годы в войсках в боевых условиях предпочитают носить гранаты в карманах жилетов.

Характеристика:

-Масса гранаты - 310 г.

-Дальность броска - 40-50 м.

-Время замедления - 3,2-4,2 с.

-Радиус убойного действия осколков - 25 м.

2 учебный вопрос - Ручная оборонительная граната Ф-1 («лимонка»).

Дистанционного действия, предназначена для поражения живой силы преимущественно в оборонительном бою. Метать гранату можно из различных положений и только из-за укрытия, БТР или танка.

Была разработана на основе французской осколочной гранаты F-1 модели 1915 г. (не путать с современной моделью F-1 с пластиковым корпусом и полуготовыми осколками) и английской гранаты системы Лемона (с терочным запалом), поставлявшихся в Россию в годы первой мировой войны. Отсюда - обозначение Ф-1 и прозвище «лимонка» На вооружение ВС РК принята с дистанционным взрывателем («запалом») Колешникова. Воспламенение капсюля дистанционного состава — механизмом ударникового действия. В 1939 г была модернизирована. Применяемая ныне Ф-1 состоит из корпуса, разрывного заряда и запала УЗРГМ (УЗРГМ-2). Толстостенный корпус выполнен из литого чугуна с внешней насечкой. Отверстие для запала при хранении гранаты закрывается пластмассовой пробкой.

Корпус при разрыве дает 290 крупных тяжелых осколков с начальной скоростью разлета около 730 м/с. При этом, на образование убойных осколков идет 38% массы корпуса, остальное попросту распыляется. Приведенная площадь разлета осколков - 75-82 кв.м.

Метание гранаты производится из-за укрытия. Имеется учебно-имитационный вариант УРГ, повторяющий Ф-1 по форме и весу.

Осколочные ручные гранаты, широко применялись в военных конфликтах 40-90-х годов в разных частях света.

Характеристика:

-Масса гранаты - 600 г.

-Масса боевого заряда - 60 г.

-Дальность броска - 35-45 м.

-Время замедления - 3,2-4,2 с.

-Радиус убойного действия осколков - 200 м.

Запал УЗРГМ.

Унифицированный запал ручной гранаты модернизированный предназначен для взрыва разрывного заряда. Он состоит из ударного механизма и собственно запала. Запалы всегда находятся в боевом положении. Разбирать их и проверять работу ударного механизма категорически запрещается.

Ударный механизм служит для воспламенения капсюля-воспламенителя запала. Он состоит из трубки ударного механизма (4), соединительной втулки (7), направляющей шайбы (10), боевой пружины (5), ударника (11), спускового рычага (14) и предохранительной чеки с кольцом (3).

-Трубка ударного механизма является основанием для сборки всех частей запала.

-Собственно запал предназначен для взрыва разрывного заряда гранаты. Он состоит из втулки заместителя (13), капсюля-воспламенителя (12) и капсюля-детонатора (9).

-Капсюль-воспламенитель предназначен для воспламенения замедлителя.

Замедлитель - для передачи луча огня от капсюля-воспламенителя к капсюлю-детонатору, он состоит из запрессованного малогазового состава.

Капсюль-детонатор служит для взрыва разрывного заряда гранаты; он помещается в гильзе, закрепленной на нижней части втулки замедлителя.

-При метании гранаты взять ее в руку так, чтобы спусковой рычаг пальцами был прижат к корпусу гранаты. Не отпуская рычага, за кольцо выдернуть предохранительную чеку и бросить гранату в цель.

-Метание гранаты складывается из следующих приемов: подготовка для метания (зарядка и принятие положения) и метания гранаты. На занятиях по метанию боевых гранат надевается стальной шлем.

-Для поражения живой силы противника, расположенной в траншее (окопе), нужно метать гранату под углом 35-45 градусов, чтобы граната падала на цель по навесной траектории и меньше перекатывалась через траншею или откатывалась в сторону.

Зучебный вопрос - меры безопасности.

Гранаты переносятся в гранатных сумках. Запалы помещаются в них отдельно от гранат, при этом каждый запал завертывается в бумагу или ветошь.

Перед укладкой в сумку и перед заряданием гранаты и запалы необходимо осматривать. Корпус гранаты не должен иметь глубоких вмятин и глубоко проникшей ржавчины. Трубка для запала и запал должны быть чистыми, без помятостей и ржавчины; концы предохранительной чеки должны быть разведены, и не иметь трещин на загибах. Запалы с трещинами и зеленым налетом пользоваться нельзя. При переносе гранат надо оберегать от толчков, ударов, огня, грязи и сырости.

Заряжать гранаты (вставлять запал) разрешается только перед ее метанием. Разбирать боевые гранаты и устранять в них неисправности, переносить гранаты вне сумок (подвешенными за кольцо предохранительной чеки), а также трогать неразорвавшиеся гранаты запрещается.

18.04.2020 Основы законодательства **Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни. Факторы и привычки, разрушающие здоровье.**

Сегодня мы познакомимся с основными составляющими ЗОЖ и подробно остановимся на правильном питании. В конце урока каждый сможет определить: правильно – ли он питается

Рассмотрим модуль «ЗОЖ.Критерии здоровья». Он состоит из 7 пунктов:

1. Основные понятия и определения
2. Понятие ЗОЖ
3. Качество жизни
4. Критерии здоровья
5. ЗОЖ
6. Составляющие ЗОЖ
7. Компоненты, составляющие ЗОЖ

Первый пункт – основные понятия по данной теме включает следующие определения –«Норма» и «Болезнь». Рассмотрим, что же это такое (изучаем модуль).

Итак, что же такое **ЗОЖ** и **каковы его составляющие?** (Слово учащимся, они высказывают свое мнение), а теперь, давайте посмотрим, как толкует нам это определение наш модуль – часть 2 – «Понятие ЗОЖ»

ЗОЖ – образ жизни человека, его поведения, мышления, привычек, которые обеспечивают определенный уровень здоровья. Индивидуальное здоровье на 50 % зависит от образа жизни.

Основные составляющие ЗОЖ

- умеренное и сбалансированное питание;
- режим дня;
- двигательная активность;
- закаливание;
- личная гигиена;
- грамотное экологическое поведение;
- психогигиена, умение управлять своими эмоциями;
- сексуальное воспитание;
- отказ от вредных привычек;
- безопасное поведение в социуме, предупреждение травматизма и отравлений.

Человек имеет право на здоровье. Право тесно связано с его ответственностью. Во многих странах ответственность за свое здоровье поощряется государством (доплаты, премии, дополнительные отпуска тем, кто не болеет, не курит, занимается спортом и т. п.).

Сознательное и ответственное отношение к своему здоровью должно стать нормой жизни и поведения каждого из нас.

Знаете ли Вы, что с помощью принципов ЗОЖ мы сами можем конструировать свою фигуру? Можем стать более мускулистыми, а можем похудеть, давайте взглянем на экран и посмотрим небольшой поучительный мультипликационный фильм, о том, как скорректировать фигуру, придерживаясь принципов ЗОЖ– «Как скорректировать фигуру с помощью ЗОЖ».

Питание которое обеспечивает полноценное развитие, называется **рациональным** (от латинского – расчет, мера, разумный, обоснованный). Известный русский писатель Л. Писарев подметил: «Измени пищу человека, и человек мало – помалу изменится». Здоровье человека во многом определяется количеством и качеством пищи, режимом питания. Здоровое питание – важнейшее условие долголетия. Самый главный источник болезней – неправильное питание. Больным людям рекомендован определенный режим питания.

Наука о питании уходит в глубину веков. Важные положения о рациональном питании можно встретить в трудах Гиппократ, Галена, Авиценны и др. ученых.

В последние годы интерес к питанию возрос, вот неполный перечень болезней, связанных с неправильным питанием

- ишемическая болезнь сердца;
- острый инфаркт;
- гипертоническая болезнь;
- сахарный диабет;
- желчнокаменная болезнь;
- аллергия;
- болезнь суставов....

Болезнь – лишь способ, с помощью которого природа показывает человеку, что он переполнен токсинами. Обычно, люди не задумываются над подбором пищи, руководствуются единственным требованием – повкуснее. А всегда ли полезно, то, что повкуснее?

Культура питания включает в себя не только отношение к пище, но и её состав.Ещё в 1897 году русский академик И. Павлов установил, что на разную пищу образуется желудочный сок разного состава, разной переваривающей силой, и если этим пренебрегать, интоксикация организма. В результате возникают заболевания ЖКТ, которые сопровождаются сердечными, психическими, нервными заболеваниями.

Русский ученый И. Мечников не напрасно говорил своим ученикам: «Смерть всегда гнездится в кишечнике». И чтобы избежать этого попробуем установить правила здорового питания:

Первое правило: белки, жиры и углеводы употреблять в разное время.

Рекомендуется употреблять пищу, состоящую на 15 -20% из белков, на 20 -30% из жиров, на 50- 55%из углеводов, содержащихся в овощах, фруктах, злаках, орехах.

Второе правило (как нужно есть и когда)

Пища плохо усваивается (нельзя принимать):

1. Когда нет чувства голода.
2. При сильной усталости.
3. При болезни.
4. При отрицательных эмоциях, беспокойстве и гневе, ревности.
5. Перед начало тяжёлой физической работой.
6. При перегреве и сильном ознобе.
7. Когда торопитесь.
8. Перед тем как сесть за руль.

В Англии водителям предписывается 15 минутный перерыв после обеда.

Третье правило - Нельзя запивать пищу сразу после ее приема. Нужно подождать хотя бы 7-9 минут после ее приема. Есть сладкое после еды можно только в ограниченных количествах, и ни в коем случае не на ночь, так как наступает блокировка пищеварения и начинается процесс брожения. Следуя этому правилу, вы избавите себя от гастрита.

Культура питания – это и оптимальное количество пищи, а не только поведение за столом. Главное правило – это соотношение количества и калорийности энергетическим затратам и физиологическим потребностям вашего организма. В школе на уроках вы работаете умственно, вы тратите много энергии, и её нужно восполнять для работы головного мозга, для роста мышц. Поэтому взрослые озабочены питанием учащихся в школе, вам предлагается организованное питание, но статистика удручающая, большинство учащихся не получают горячее питание в школе. Поднимите руки, кто из вас питается в школе?

Здоровое питание – это ограничение жиров и соли, увеличение в рационе фруктов, круп, изделий из муки грубого помола, бобовых, нежирные молочные продукты, рыбу, постное мясо.

Основные принципы рационального питания:

- режим питания, маленькие порции;
- медленное поглощение;
- слабая термическая обработка;
- питание без вредных веществ;
- гармония и красота сервировки.

Мы познакомились с важной составляющей ЗОЖ – рациональным питанием. Многие факторы подтверждают, что большинство серьезных заболеваний, в том числе сердечно сосудистые начинаются с детства, поэтому требования рационального питания относятся и к школьникам.

Совместное выполнение проверочного задания по теме ЗОЖ, и правильное питание с помощью контрольного модуля по теме «ЗОЖ. Критерии здоровья».

Мне очень интересно узнать «Правильно ли ты питаешься?» - для этого пройдем с Вами тест – вопросы на экране

Необходимо выбрать один вариант ответа

1. Как часто в течение дня вы питаетесь?

А) 3 раза и более; Б) 2 раза; В) 1 раз.

2. Всегда ли вы завтракаете?

А) всегда; Б) не всегда; В) никогда.

3. Из чего состоит ваш завтрак?

А) каша, чай; Б) мясное блюдо и чай; В) чай.

4. Часто ли вы перекусываете между завтраком и обедом, обедом и ужином?

А) никогда; Б) 2 раза в день; В) 3 раза.

5. Как часто вы едите овощи, фрукты, салаты?

А) 3 раза в день; Б) 1 – 2 раза в день; В) 2 – 3 раза в неделю;

6. Как часто вы едите жареную пищу?

А) 1 раз в неделю; Б) 3 – 4 раза в неделю; В) каждый день.

7. Как часто вы едите выпечку?

А) 1 раз в неделю; Б) 3 – 4 раза в неделю; В) каждый день.

8. Что вы намазываете на хлеб?

А) только масло; Б) масло с маргарином; В) маргарин.

9. Сколько раз в неделю вы едите рыбу?

А) 3 – 4 раза; Б) 1 – 2 раза; В) 1 раз.

10. Как часто вы едите хлеб?

А) меньше 3 дней в неделю; Б) от 3 до 6 дней в неделю; В) за каждой едой.

11. Сколько чашек чая и кофе выпиваете за день?

А) 1 – 2; Б) от 3 до 5; В) 6 и более.

12. Прежде чем есть первое блюдо с мясом, вы:

А) убираете из тарелки весь жир; Б) уберёте часть жира; В) оставите весь жир.

Подсчёт баллов: «А» – 2 балла, «Б» – 1 балл, «В» – 0 баллов.

Каждый для себя должен сделать вывод, правильно вы питаетесь и что нужно изменить, ведь у вас вся жизнь впереди. Заботиться о своём здоровье нужно уже сейчас.