

Расписание учебных занятий

МОБУ «Средняя общеобразовательная школа № 2 г.Соль-Илецка» Оренбургской области
на 16.05.2020 г. (суббота)

10 класс (классный руководитель Тукташева Г.Х.)

Номер урока	Предмет	Учитель	Домашнее задание
1.	Эл.курс по физике	Кудряшова Т.Н.	Решить задачи 1. Конденсатору емкостью 20мкФ сообщили заряд 2 мкКл. Какова энергия заряженного конденсатора? 2. Во сколько раз изменится энергия конденсатора при уменьшении напряжения в 8 раз?
2.	Родной язык и литерат.	Курамшина Н.А.	Правила написания наречий. Употребление наречий. В.Короленко «Все-таки впереди – огни!»
3.	Эл.курс по рус.языку	Курамшина Н.А.	Задание см. ниже
4.	История	Фролов А.С.	Повторение
5.	Физ.культура	Тукташева Г.Х.	1 Упражнения с гантелями (15 мин) 2. Бег на месте – 5мин.(с высоким подниманием бедра) 3.Бег на месте со скакалкой -5 мин. 4. Специально беговые упражнения- 8 мин. 5. Силовые упражнения. - упражнение на пресс- 40 р - 3 повтора 6.Упражнение для расслабления мышц и дыхательные упражнения. Отдых между подходами 7.Тесты Тема: " Упражнения с гантелями" https://youtu.be/yMhXmQ1XN-M Тестовые задания см. ниже
6.	Математика	Былинкина Е.А.	№41.11-41.15

Задание по русскому языку для обучающихся 10 класса (учитель Курамшина Н.А.)

Сформулировать проблему исходного текста + 2 комментария. Сочинение писать не нужно.

- (1) В детстве я зачитывался книжками про индейцев и страстно мечтал жить где-нибудь в прериях, охотиться на бизонов, ночевать в шалаше...
- (2) Летом, когда я окончил девятый класс, моя мечта неожиданно сбылась: дядя предложил мне охранять пасеку на берегу тощей, но рыбной речушки Сисявы. (3) В качестве помощника он навязал своего десятилетнего сына Мишку, парня степенного, хозяйственного, но прожорливого, как галчонок.
- (4) Два дня пролетели в один миг: мы ловили щук, обходили дозором наши владения, вооружившись луком и стрелами, без усталости купались; в густой траве, где мы собирали ягоды, таились гадюки, и это придавало нашему собирательству остроту опасного приключения. (5) Вечерами в огромном котле я варил уху из пойманных щук, а Мишка, пыхтя от натуги, выхлебывал её огромной, как ковш экскаватора, ложкой.
- (6) Но, как выяснилось, одно дело — читать про охотничью жизнь в книгах, и совсем другое — жить ею в реальности.
- (7) Скука мало-помалу начинала томить меня, вначале она ныла несильно, как недолеченный зуб, потом боль стала нарастать и всё яростнее терзать мою душу. (8) Я страдал без книг, без телевизора, без друзей, уха опротивела мне, степь, утыканная оранжевыми камнями, похожими на клыки вымерших рептилий, вызывала тоску, и даже далёкое поле жёлтого подсолнечника мне казалось огромным кладбищем, которое завалили искусственными цветами.
- (9) Однажды после обеда послышался гул машины. (10) Дядя так рано никогда не приезжал — мы решили, что это разбойники-грабители.
- (11) Схватив лук и стрелы, мы выскочили из палатки, чтобы дать отпор незванным гостям. (12) Возле пасеки остановилась «Волга». (13) Высокий мужчина лет сорока, обойдя машину, открыл заднюю дверь и помог выйти маленькому старичку. (14) Тот, шатаясь на слабых ногах, тяжело осел на траву и стал с жадной пронзительностью смотреть кругом, словно чуял в летнем зное какой-то неотчётливый запах и пытался понять, откуда он исходит. (15) Вдруг ни с того ни с сего старичок заплакал. (16) Его лицо не морщилось, губы не дрожали, просто из глаз часто-часто потекли слёзы и стали падать на траву. (17) Мишка хмыкнул: ему, наверное, показалось чудным, что старый человек плачет, как дитя. (18) Я дёрнул его за руку. (19) Мужчина, который привёз старика, понимая причину нашего удивления, пояснил:
- (20) — Это мой дед! (21) Раньше он жил здесь. (22) На этом самом месте стояла деревня. (23) А потом все разъехались, ничего не осталось...
- (24) Старик кивнул, а слёзы не переставая текли по его серым впалым щекам.
- (25) Когда они уехали, я оглянулся по сторонам. (26) Наши тени — моя, высокая, и Мишкина, чуть меньше, — пересекали берег. (27) В стороне горел костёр, ветерок шевелил футболку, которая сушилась на верёвке... (28) Вдруг я ощутил всю силу времени, которое вот так раз — и слизнуло целую вселенную прошлого. (29) Неужели от нас останутся только эти смутные тени, которые бесследно растают в минувшем?! (30) Я, как ни силился, не мог представить, что здесь когда-то стояли дома, бегали шумные дети, росли яблони, женщины сушили бельё... (31) Никакого знака былой жизни! (32) Ничего! (33) Только печальный ковыль скорбно качал стеблями и умирающая речушка едва шевелилась среди камышей...
- (34) Мне вдруг стало страшно, как будто подо мной рухнула земля и я оказался на краю бездонной пропасти. (35) Не может быть! (36) Неужели человеку нечего противопоставить этой глухой, равнодушной вечности?
- (37) Вечером я варил уху. (38) Мишка подбрасывал дрова в костёр и лез своей циклопической ложкой в котелок — снимать пробу. (39) Рядом с нами робко шевелились тени, и мне казалось, что сюда из прошлого несмело пришли некогда жившие здесь люди, чтобы погреться у огня и рассказать о своей жизни. (40) Порою, когда пробегал ветер, мне даже слышны были чьи-то тихие голоса...
- (41) Тогда я подумал: память. (42) Чуткая человеческая память. (43) Вот что человек может противопоставить глухой, холодной вечности. (44) И ещё я подумал о том, что обязательно всем расскажу о сегодняшней встрече. (45) Я обязан это рассказать, потому что минувшее посвятило меня в свою тайну, теперь мне нужно донести, как тлеющий уголёк, живое воспоминание о прошлом и не дать холодным ветрам вечности его погасить.

(По Р. Савинову*)

* Роман *Сергеевич Савинов* (род. в 1980 г.) — российский писатель, публицист.

11 класс (классный руководитель Черновалова И.В.)

Номер урока	Предмет	Учитель	Домашнее задание
1.	Родной язык и литерат.	Кичеганова Р.У.	Повторение
2.	Астрономия	Кудряшова Т.Н.	П.27 «эволюция звезд»стр.103-105 опишите эволюцию звезд
3.	Физика	Кудряшова Т.Н.	Упр.14(5) стр.330
4.	Физ.культура	Тукташева Г.Х.	1 Упражнения с гантелями (15 мин) 2. Бег на месте – 5мин.(с высоким подниманием бедра) 3.Бег на месте со скакалкой -5 мин. 4. Специально беговые упражнения- 8 мин. 5. Силовые упражнения. - упражнение на пресс- 40 р - 3 повтора 6.Упражнение для расслабления мышц и дыхательные упражнения. Отдых между подходами 7.Тесты Тема: " Упражнения с гантелями" https://youtu.be/yMhXmQ1XN-M Тестовые задания см. ниже
5.	История	Фролов А.С.	Повторение
6.	Обществознание	Фролов А.С.	Повторение

Тестовые задания по физической культуре для обучающихся 10, 11 классов

1.Под физической культурой понимается:

- а — педагогический процесс по физическому совершенствованию человека;
- б — регулярные занятия физическими упражнениями, закаливание организма;
- в — достижения общества, отражающие физическое и духовное развитие человека.

2.Какое из понятий является наиболее емким (включающим все остальные):

- а — спорт;
- б — система физического воспитания;
- в — физическая культура.

3.Процесс, направленный на разностороннее воспитание физических качеств человека, обеспечивающий формирование с детского возраста физически крепкого молодого поколения с гармоничным развитием, называется:

- а — общей физической подготовкой;
- б — специальной физической подготовкой;
- в — гармонической физической подготовкой;
- г — прикладной физической подготовкой.

4.Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как:

- а — развитие;
- б — закаленность;
- в — тренированность;
- г — подготовленность.

5.К показателям физической подготовленности относятся:

- а — сила, быстрота, выносливость;
- б — рост, вес, окружность грудной клетки;
- в — артериальное давление, пульс;
- г — частота сердечных сокращений, частота дыхания.

6.Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и другим умениям и навыкам, а также их дальнейшее совершенствование обозначается как:

- а — тренировка;
- б — методика;
- в — система знаний;
- г — педагогическое воздействие.

7.Какая страна является родиной Олимпийских игр:

- а — Рим;
- б — Китай;
- в — Греция;
- г — Египет.

8.Где проводились древнегреческие Олимпийские игры:

- а — в Олимпии;
- б — в Спарте;
- в — в Афинах.

9.Почему античные Олимпийские игры называли праздниками мира:

- а — они имели мировую известность;
- б — в них принимали участие атлеты со всего мира;
- в — в период проведения игр прекращались войны;
- г — они отличались миролюбивым характером соревнований.

10.Олимпийские игры (летние или зимние) проводятся через каждые:

- а — 5 лет;
- б — 4 года;
- в — 2 года;
- г — 3 года.

11.Зимние игры проводятся:

- а — в зависимости от решения МОК;
- б — в третий год празднуемой Олимпиады;
- в — в течение последнего года празднуемой Олимпиады;
- г — в течение второго календарного года, следующего после года начала Олимпиады.

12.Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает:

- а — упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек;
- б — регулярное обращение к врачу;
- в — физическую и интеллектуальную активность;
- г — рациональное питание и закаливание.

13.Какой фактор играет определяющую роль для состояния здоровья человека:

- а — образ жизни;
- б — наследственность;
- в — климат.

14.При физической работе в душном помещении или одежде, которая плохо пропускает воздух, может возникнуть:

- а — ожог;
- б — тепловой удар;
- в — перегревание;
- г — солнечный удар.

15.Основными источниками энергии для организма являются:

- а — белки и минеральные вещества;
- б — углеводы и жиры;
- в — жиры и витамины;
- г — углеводы и белки.

16.Рациональное питание обеспечивает:

- а — правильный рост и формирование организма;
- б — сохранение здоровья;
- в — высокую работоспособность и продление жизни;
- г — все перечисленное.

17.Физическая работоспособность — это:

- а — способность человека быстро выполнять работу;
- б — способность разные по структуре типы работ;
- в — способность к быстрому восстановлению после работы;

г — способность выполнять большой объем работы.

18.Люди, систематически занимающиеся физическими упражнениями в сочетании с использованием оздоровительных сил природы, отличаются:

а — фагоцитарной устойчивостью;

б — бактерицидной устойчивостью;

в — специфической устойчивостью;

г — не специфической устойчивостью.

19.Что понимается под закаливанием:

а — посещение бани, сауны;

б — повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных условий окружающей среды;

в — купание, принятие воздушных и солнечных ванн в летнее время;

г — укрепление здоровья.

20.К объективным критериям самоконтроля можно отнести:

а — самочувствие, аппетит, работоспособность;

б — частоту дыхания, ЖЕЛ, антропометрию;

в — нарушение режима, наличие болевых ощущений.