

Русский язык

Тема урока: «Синтаксический и пунктуационный разбор простого предложения»

п.44 (с.104), упр. 227 (устно), п.45 (с.105), упр.230 (устно)

Образец письменного разбора переписать в рабочую тетрадь. Высылать на почту не нужно. Данный образец будет необходим для следующего онлайн-урока.

Адрес: aviasomp@mail.ru

Математика

Урок на платформе зум.

Дз: карточка на платформе учи.ру

Физическая культура

Тестовые вопросы по физической культуре

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.

21. Назовите основные факторы риска в образе жизни людей:

а — малая двигательная активность (гипокинезия), психологические стрессы;
б — нарушение в питании, переедание, алкоголизм, наркомания, курение;
в — все перечисленное.

22. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся:

а — переоценивают свои возможности;
б — следуют указаниям учителя;
в — владеют навыками выполнения движений;
г — не умеют владеть своими эмоциями.

23. При получении травмы или ухудшении самочувствия на уроке учащийся должен прекратить занятие и поставить в известность:

а — учителя, проводящего урок;
б — классного руководителя;

в — своих сверстников по классу;
г — школьного врача.

24. Какими показателями характеризуется физическое развитие:
а — антропометрическими показателями;
б — ростовесовыми показателями, физической подготовленностью;
в — телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья.

25. Формирование человеческого организма заканчивается к:
а — 14-15 годам;
б — 17-18 годам;
в — 19-20 годам;
г — 22-25 годам.

Немецкий язык

Стр.20 упр.12 выучить слова.

Адрес: nadya_806@mail.ru

История

Учитель: Пахтусова Наталья Владимировна – natalia.36@mail.ru

Тема: «Законы Хаммурапи»

Задания:

- 1) прочитать и пересказать самостоятельно параграф 14
- 2) после параграфа под знаком «?» объясните и запишите значение представленных там слов
- 3) выполнить задание под знаком @ - Познакомьтесь с документом и ответьте на вопросы письменно

Литература

Прочитать отрывок из поэмы А.С. Пушкина «Руслан и Людмила». Видео чтения наизусть по желанию прислать на электронную почту aviasomp@mail.ru