

Расписание занятий для дистанционного обучения СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ «Центр образования» пос.Варламово.

Дата	Педагог ДО	Вид спорта	Группа	Время проведения занятия	Тема занятия	Используемый ресурс для изучения материала	Используемый ресурс для выполнения домашнего задания	Комментарий к занятию	Интернет – платформа педагога для консульта ций
12.04.2020	Авилкин А.Ф.	Футзал	1	18.17 – 18.37 18.47 – 19.27	Специальна я силовая подготовка	ZOOM-конференция (для всей группы) https://youtu.be/P7L7hJVsbJY	https://youtu.be/P7L7hJVsbJY	Выполнять упражнения 1серию по 10 раз	Viber
12.04.2020	Красовск ая А.О.	Волейб ол	1	10.00 – 10.30 10.40 – 11.10	Расстановка игроков по номерам	Viber – конференция https://youtu.be/zu39E7vzRGY	https://youtu.be/zu39E7vzRGY	Выполнять все упражнения по 1 серии	Viber
			2	11.27 – 11.57 12.07 – 12.37	Упражнения для тренировки подачи	ZOOM-конференция (для всей группы) https://youtu.be/5iGr-Ft4yg8	https://youtu.be/5iGr-Ft4yg8	Выполнять все упражнения 1 серию по 10 раз	
12.04.2020	Оськин И.А.	Каратэ	2	16.30 – 17.00 17.10 – 17.40	Комплекс ОФП для каратистов	Viber – конференция https://youtu.be/gdnXuEm1oEA	https://youtu.be/gdnXuEm1oEA	Выполнять упражнения 2 подхода по 4 минуты	Viber
12.04.2020	Мухсино в С.Ю.	Футбол	4	11.00 – 11.30 11.40 – 12.10	Базовые схемы расстановки игроков	ZOOM-конференция (для всей группы) https://youtu.be/goWSUQEkiy0	https://youtu.be/goWSUQEkiy0	Выполнять 1 серию упражнений по 1 минуте	Viber
			5	12.27 – 12.57 13.07 – 13.37	Угловые. Оборона	Viber – конференция https://youtu.be/1GsY0oFJ7-g	https://youtu.be/1GsY0oFJ7-g	Выполнять 2 подхода по 30 секунд каждое упражнение Выполнять	

			6	13.55 – 14.25 14.35 – 15.05	Стандартны е положения вратарей. Пенальти, штрафной,у головой	Viber – конференция https://youtu.be/Ie6ljV8GBYQ	https://youtu.be/Ie6ljV8GBYQ	упражнения 1 подход по 10 раз	
12.04.2020	Сапего А.Г.	Баскетб ол	1	10.00 – 10.30 10.40 – 11.10	ОФП для баскетболис тов	Viber – конференция https://youtu.be/qBq25LqcjWE	https://youtu.be/qBq25LqcjWE	Выполнять 1 подход по 15 раз Выполнять 1 подход по 15 раз	Viber
			2	11.27 – 11.57 12.07 – 12.37	Баскетболн ый комплекс для улучшения дриблинга	ZOOM-конференция (для всей группы) https://youtu.be/yjzBmIEFvt0	https://youtu.be/yjzBmIEFvt0		
12.04.2020	Семенова Е.А.	Волейб ол	3	12.50 – 13.20 13.30 – 14.00	Расстановка игроков по номерам	Viber – конференция https://youtu.be/zu39E7vzRGY	https://youtu.be/zu39E7vzRGY	Выполнять все упражнения по 1 серии	Viber
			4	14.17 – 14.47 14.57 – 15.27	Упражнения для тренировки подачи	ZOOM-конференция (для всей группы) https://youtu.be/5iGr-Ft4yg8	https://youtu.be/5iGr-Ft4yg8	Выполнять все упражнения 1 серию по 10 раз	
			1	15.44 – 16.14 16.24 – 16.54	Упражнения в парах для передачи и ловли мяча	Viber – конференция https://youtu.be/VmKVjs9NDQA	https://youtu.be/VmKVjs9NDQA	Выполнять все упражнения 1 серию по 20 раз	
			2	17.34 – 18.04 18.14 – 18.44	Связующий игрок	https://youtu.be/gf24YAqHtvs	https://youtu.be/gf24YAqHtvs	Выполнять все упражнения 1 серию 3 минуты	
12.04.2020	Фоменко Е.А.	Футзал	2	12.45 – 13.15 13.25 – 13.55	Специальна я подготовка на координаци ю	ZOOM-конференция (для всей группы) https://youtu.be/tTRFrDlzEZU	https://youtu.be/tTRFrDlzEZU	Выполнять данный комплекс упражнений 1 серию по одному подходу	Viber

					футзалиста				
--	--	--	--	--	------------	--	--	--	--