

**Расписание для дистанционного обучения СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ «Центр образования» пос. Варламово
в 2020-2021 учебном году.**

13.11.2020 г.

Время	Мероприятия			Ресурс	Комментарий
	Педагог	Объединение	Тема	Ресурс	Комментарий
16.50-17.35 17.45-18.30 18.40-19.25 19.35-19.57	Будников Максим Николаевич	Футзал	Комплекс упражнений для футзалистов	https://yandex.ru/video/preview?filmId=18272446575790960666&parent-reqid=1604658703953237-1559319464528016005600275-production-app-host-sas-web-yp-250&path=wizard&text=комплекс+упражнений+для+футболистов&wiz_type=vital	Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал.
15.20-16.05 16.15-16.37	Вочимова Ольга Юрьевна	Баскетбол	Упражнения для развития ловкости и скорости рук	https://yandex.ru/video/preview/?text=упражнения%20по%20баскетболу%20в%20домашних%20условиях%20развитие&path=wizard&parent-reqid=1604899296487041-1466349595390474347900107-production-app-host-man-web-yp-308&wiz_type=vital&filmId	Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал.

<p>13.30-14.15 14.25-15.10 15.20-16.05 16.15-16.37</p>	<p>Быданцев Евгений Алексеевич</p>	<p>Футбол</p>	<p>Топ 5 упражнений для развития скорости</p>	<p>=17539536984286721271 https://yandex.ru/video/preview/?filmId=4411971685722848572&parent-reqid=1604658703953237-1559319464528016005600275-production-app-host-sas-web-yp-250&path=wizard&text=комплекс+упражнений+для+футболистов&wiz_type=vital&url=http%3A%2F%2Fvk.com%2Fvideo-145309536_456239125</p>	<p>Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.</p>
<p>17.30-18.15 18.25-18.47</p>	<p>Фоменко Евгений Александрович</p>	<p>Футзал</p>	<p>Прыжок в длину с места</p>	<p>https://youtu.be/2uNStx1uAw</p>	<p>Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.</p>
<p>16.30-17.15 17.25-17.47 17.57-18.42 18.52-19.14</p>	<p>Шарьяфяндинов Рафик Равилович</p>	<p>Греко-римская борьба</p>	<p>Подводящие упражнения для борцов</p>	<p>https://sport.wikireading.ru/10380</p>	<p>Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал.</p>
<p>15.15-16.00 16.10-16.32</p>	<p>Семенова Елена Владимировна</p>	<p>Волейбол</p>	<p>Перемещение в стойках</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=vUEYEo_r4K0</p>	<p>Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал.</p>

<p>17.10-17.55 18.05-18.27 18.37-19.22 19.32-19.54</p>	<p>Оськин Илья Андреевич</p>	<p>Каратэ</p>	<p>Упражнения на точность, кихон ката</p>	<p>https://yandex.ru/video/preview/?text=каратэ%20упражнение%20в%20домашних%20условиях%20для%20начинающих&path=wizard&parent-reqid=1604901632938198-1791167122850297090900108-production-app-host-sas-web-yp-98&wiz_type=vital&filmId=17449054875234123240</p>	<p>Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал.</p>
<p>15.00-15.45 15.55-16.17</p>	<p>Сухов Александр Владимирович</p>	<p>Футбол</p>	<p>Финт Метьюза</p>	<p>https://yandex.ru/video/preview/?text=упражнения+по+футболу+в+домашних+условиях+развитие&path=wizard&parent-reqid=1604898713323648-837013186413469725300108-production-app-host-sas-web-yp-45&wiz_type=vital&filmId=7491284986644364365&url=http%3A%2F%2Ffrontend.vh.yandex.ru%2Fplayer%2F14103424657908632513</p>	<p>Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал.</p>

15.00-15.45 15.55-16.17 16.30-17.15 17.25-17.47	Таранцев Николай Александрович	Легкая атлетика	Скоростно – силовая подготовка борцов	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17127672102973302038&text=упражнения+по+греко+римско+йборьбе+стойка+в+домашних+условиях+развитие	Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.
16.30-17.15 17.25-17.47 18.00-18.45 18.55-19.17	Суханова Светлана Анатольевна	Волейбол	Нижний прием мяча	https://www.youtube.com/watch?v=YZLJ2j4-nJQ	Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.
16.10-16.55 17.05-17.50 18.00-18.45 18.55-19.40	Торхов Андрей Александрович	Футбол	10 футбольных упражнений	https://yandex.ru/video/preview/?text=футбол%20упражнение%20в%20домашних%20условиях%20для%20начинающих&path=wizard&parent-reqid=1604902113909215-103661150848896414500113-production-app-host-man-web-yp-117&wiz_type=vital&filmId=17270080030769367561	Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.
15.30-16.15 16.25-16.47 17.00-17.45 17.55-18.17	Федоров Александр Алексеевич	Волейбол	Обучение по волейболу. Разминка	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12047717422529435937&text=волейбол+упражнение+в+домашних+условиях+для+начинающих	Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал.

<p>14.00-14.45 14.55-15.17 15.30-16.15 16.25-16.47</p>	<p>Юсупова Елена Григорьевна</p>	<p>Волейбол</p>	<p>Нападение, прыжок, блок</p>	<p>https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5902252501176387841&text=волейбол+упражнение+v+домашних+условиях+для+начинающих&url=http%3A%2F%2Ffrontend.vh.yandex.ru%2Fplayer%2F12078836378896147683</p>	<p>Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.</p>
<p>17.30-18.15 18.25-18.47</p>	<p>Дмитриев Андрей Александрович</p>	<p>Баскетбол</p>	<p>Тренировка броска, техника</p>	<p>https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5840445867039435803&text=баскетбол+упражнение+v+домашних+условиях+для+начинающих</p>	<p>Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.</p>
<p>16.30-17.15 17.25-17.47 18.00-18.45 18.55-19.40</p>	<p>Швецова Людмила Анатольевна</p>	<p>Настольный теннис</p>	<p>Разминка в настольном теннисе</p>	<p>https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16673426349361211180&text=настольный+теннис+упражнение+v+домашних+условиях+для+начинающих</p>	<p>Пройдите по первой ссылке, изучите теоретический материал. Повторить комплекс упражнений.</p>