

**Расписание занятий в объединениях СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ «Центр образования» пос. Варламово
на 28.10.2021 г.**

Наименование объединения	ФИО педагога	Обучающиеся ОУ	Год обучения/группа	Время	Тема занятия	Ресурс	Комментарий	
БАСКЕТБОЛ	Вочимова Ольга Юрьевна 14 ч.	ГБОУ СОШ п.г.т. Междуреченск, спортивный зал, универсальная площадка	Группа 1 (1)	16.00-16.45 16.55-17.17 (1,5 ч.)	Упражнения для развития чувства мяча	ZOOM-конференция https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11554823125653793055&p=2&text=баскетбол+упражнение+в+домашних+условиях+для+начинающих	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.	
		ГБОУ СОШ п.г.т. Междуреченск, спортивный зал, универсальная площадка	Группа 2 (1)	17.30-18.15 18.25-18.47 (1,5 ч.)	Отработка передач	ZOOM-конференция https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8820856383490016947&p=1&text=баскетбол+упражнение+в+домашних+условиях+для+начинающих&url=http%3A%2F%2Ffrontend.vh.yandex.ru%2Fplayer%2Fv7UZxOMs9hUE	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.	
БАСКЕТБОЛ	Дмитриев Андрей Александрович 7 ч.	ГБОУ ООШ с.Заборовка, спортивный зал						
			Группа 2 (1)	16.00-16.45 16.55-17.17 (1,5 ч)	Методика проведения разминочных упражнений для баскетбола	ZOOM-конференция https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12512691926642025236&p=1&text=баскетбол+упражнение+в+домашних+условиях	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.	

						х+для+начинающих	
БАСКЕТБОЛ	Пуговкин Эдуард Владимиров ич 3,5 ч.	ГБОУ СОШ с.Троицкое, спортивный зал, спортивная площадка	Группа 2 (1)	18.00-18.45 18.55-19.17 (1,5 ч.)	Упражнения для развития ловкости и скорости рук	ZOOM-конференция 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=17539536984286721271	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.
ВОЛЕЙБОЛ	Корнишин Максим Сергеевич 7 ч.	ГБОУ ООШ пос. Сборный, спортивный зал					
			Группа 2 (1)	17.40-18.25 18.35-19.20 (2 ч)	Отработка нижней подачи	ZOOM-конференция https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ https://resh.edu.ru/subject/lesson/1323/	Выполнение разминок: ходьба на носках, пятках, перекат с пятки на носок, ходьба на внешней и внутренней стороне стопы; медленный бег с остановками и

							<p>изменением направления движения; остановка в стойку волейболиста скачком после бега; приставной шаг правым и левым боком; скрестный шаг правым и левым боком. Прыжки на месте через скакалку. 10 прыжков на правой и 10 – на левой ноге через скакалку.</p>
ВОЛЕЙБОЛ	<p>Миронова Ольга Ильинична 3 ч.</p>	<p>ГБОУ ООШ с. Старая Рачейка, спортивный зал</p>	<p>Группа 1 (1)</p>	<p>15.00-15.45 (1 ч.)</p>	<p>Отработка передачи мяча</p>	<p>ZOOM-конференция https://youtu.be/nBYZLXLICEI https://youtu.be/3cJtvvyIrB4 https://youtu.be/gPV7mz-BYxI</p>	<p>Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.</p>
ВОЛЕЙБОЛ	<p>Пуговкин Эдуард Владимирович 3,5 ч.</p>	<p>ГБОУ СОШ с.Троицкое, спортивный зал</p>	<p>Группа 1 (1)</p>	<p>16.00-16.45 16.55-17.17 (1,5 ч.)</p>	<p>Комплекс упражнений для волейболистов</p>	<p>ZOOM- конференция https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5473700913558527917&text=упражнения+по+волейболу+в+домашних+условиях+</p>	<p>Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.</p>

						развитие&url=http%3A%2F%2Fvk.com%2Fvideo-71677389_456239052	
ГРЕКО-РИМСКАЯ БОРЬБА	Шарьяфдинов Рафик равилович 7 ч.	СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ «Центр образования» им. Героя Советского Союза В.Н.Федотова пос. Варламово, спортивный зал, тренажерный зал					
			Группа 2 (1)	16.30-17.15 17.25-18.10 (2 ч.)	Подводящие упражнения для борцов	ZOOM-конференция https://sport.wikireading.ru/10380	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	Гусева Светлана Николаевна 14 ч.	ГБОУ ООШ с.Новая Рачейка, спортивный зал					
			Группа 3 (1)	15.00-15.45 15.55-16.40 (2 ч.)	Развитие подвижности в суставах для легкоатлетов	ZOOM-конференция https://www.youtube.com/watch?v=Gy2OoPG2yF	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.
			Группа 4 (1)	16.50-17.35 17.45-18.30 (2 ч.)	ОФП для бегунов	ZOOM-конференция https://www.sinref.ru/000_uchebniki/05000sport/002_uchebnik_trenera_po_1egkoi_atletike_1982/014	Пройдите по данной ссылке, изучите материал.

					htm		
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	Курдюмова Татьяна Александровна 7 ч.	ГБОУ ООШ с. Старая Рачейка, спортивный зал	Группа 1 (1)	15.55-16.40 1гр. 16.50-17.12 1гр. (1,5 ч.)	Упражнение на гимнастических снарядах.	ZOOM –конференция При отсутствии подключения посмотреть презентацию https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2013/01/29/presentation-po-teme-gimnasticheskie-uprazhneniya	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.
			Группа 2 (1)	17.45-18.30 18.40-19.02 (1,5 ч)	Комплекс упражнений на гибкость и быстроту. Силовая подготовка.	ZOOM- конференция https://yandex.ru/video/preview?filmId=2061972608920443297&p=1&parent-reqid=1607763906473315-394356662957489072900107-production-app-host-vla-web-yp-162&path=wizard&text=%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B8%D1%8F+%D0%BF%D0%BE+%D0%BB%D0%B5%D0%B3%D0%BA%D0%BE%D0%B9+%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B5+%D0%BD%D0%B0+%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%B5+%D0%B2%D1%8B%D0%BD%D0%B	Повторить комплекс упражнений.

						E%D1%81%D0%BB%D0%B8%D0%B2%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8&wiz_type=vital	
ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ	Воропаева Татьяна Михайловна 7 ч.	Раменский филиал ГБОУ СОШ «Центр образования» им. Героя Советского Союза В.Н.Федотова пос. Варламово, спортивный зал	Группа 1 (1)	14.30-15.15 15.25-15.47 (1,5 ч.)	Прыжковые упражнения	ZOOM-конференция https://youtu.be/tKrVwfuApWs	Выполнить два подхода по 10 прыжков в каждом упражнении
			Группа 2 (1)	15.57-16.42 16.52-17.14 (1,5 ч.)	Комплекс прыжковых упражнений	ZOOM-конференция https://youtu.be/tKrVwfuApWs	Выполнить два подхода по 10 прыжков в каждом упражнении
ФУТБОЛ	Быданцев Евгений Алексеевич 21 ч.	СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ «Центр образования» им. Героя Советского Союза В.Н.Федотова пос. Варламово, спортивный зал, спортивная площадка	Группа 4 (1)	17.47-18.32 18.42-19.27 (2 ч)	Футбольные упражнения на технику с мячом	ZOOM-конференция https://yandex.ru/video/preview/?filmId=18368300741355466975&text=футболисты+упражнения+в+домашних+условиях	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.
			Группа 2 (1)	15.40-16.25 16.35-16.57 (1,5 ч.)	10 футбольных упражнений	ZOOM-конференция https://yandex.ru/video/preview/?text=футбол%20упражнение%20в%20домашних%20условиях%20для%20начинающих&path=wizard&parent-reqid=160490211390921	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.
ФУТБОЛ	Рябов Олег Алексеевич 17,5 ч.	ГБОУ СОШ п.г.т.Балашейка, спортивный зал, спортивная площадка					

ФУТБОЛ	Сухов Александр Владимирович 21 ч.	СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ «Центр образования» им. Героя Советского Союза В.Н.Федотова пос. Варламово, спортивный зал, спортивная площадка				103661150848896414500 113-production-app-host-man-web-yp-117&wiz_type=vital&filmId=17270080030769367561	
			Группа 3 (1)	17.10-17.55 18.05-18.27 (1,5 ч.)	Игра " Попробуй унеси"	ZOOM-конференция https://hdays.ru/igry-konkursy/4884	Повторить комплекс упражнений.
			Группа 2 (1)	12.40-13.25 13.35-13.57 (1,5 ч)	Игра гонка мячей	ZOOM-конференция https://yandex.ru/video/preview/?text=игра%20гонка%20мячей&path=wizard&parent-reqid=1633363222479214-18426194786964940567-vla1-5754-vla-l7-balancer-8080-BAL-7306&wiz_type=vital&filmId=3694239668556181295	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.

ФУТБОЛ			Группа 4 (1)	14.07-14.52 15.02-15.47 (2 ч.)	Эстафета с прыжками	ZOOM-конференция https://poznayka.org/s18053t1.html	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.	
			Группа 5 (1)	15.57-16.42 16.52-17.37 (2 ч.)	Эстафета с прыжками	ZOOM-конференция https://poznayka.org/s18053t1.html	Повторить комплекс упражнений.	
			Группа 1 (1)	16.00-16.45 16.55-17.17 (1,5 ч.)	Тактика в нападении	ZOOM-конференция VK- платформа	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.	
			Группа 2 (1)	17.30-18.15 18.25-18.47 (1,5 ч.)	Тактика в защите	ZOOM-конференция VK- платформа	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.	
ФУТЗАЛ	Будников Максим Николаевич 14 ч.	ГБОУ СОШ п.г.т. Междуреченск, спортивный зал, универсальная площадка						
			Группа 2 (1)	18.40-19.25 19.35-19.57 (1,5 ч.)	Гонка мячей	ZOOM-конференция https://youtu.be/GkxiKdFiQz4	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс	

					упражнений.		
			Группа 3 (1)	16.50-17.35 17.45-18.30 (2 ч.)	Упражнения на скорость	ZOOM-конференция https://youtu.be/GkxiKdFiQz4	Пройдите по данной ссылке, изучите материал. Повторить комплекс упражнений.