Расписание занятий в дистанционной форме в объединениях физкультурно-спортивной направленности

(Педагог:Салдаева В.П.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Объединение**  | **Дата и время проведения** | **Тема**  | **Ресурс**  |
| Гимнастика 1 | 8 октября15.00-15.4015.50-16.10 | Медленный бег до 10 минут. Развитие специальной выносливости. 10 упражнений на выносливость для детей дома. | <https://pandia.ru/text/78/125/72233-3.php> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
|  | 11 октября15.30-16.1016.20-17.00 | Закаливающие процедуры: их роль и значение. ОРУ с предметами.  | <https://yndex/ru/turbo/ru//wikipedia/org/s/wiki/> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
|  | 15 октября15.00-15.4015.50-16.10 | Комплекс упражнений для развития силы мышц верхних и нижних конечностей. | <https://nsportal/ru/pro-spo/zdravookhranenie/library/2016/04/11/uprazhneniy-dlya-razvitiea-sily-oseovnyh> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
| Гимнастика 2 | 6 октября15.30-16.1016.20-17.00 | Медленный бег до 10 минут. Развитие специальной выносливости. 10 упражнений на выносливость для детей дома. | <https://pandia.ru/text/78/125/72233-3.php> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
|  | 8 октября16.10-16.5017.00-17.20 | Закаливающие процедуры: их роль и значение. ОРУ с предметами.  | <https://yndex/ru/turbo/ru//wikipedia/org/s/wiki/> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
|  | 13 октября15.30-16.1016.20-17.00 | Комплекс упражнений для развития силы мышц верхних и нижних конечностей. | <https://nsportal/ru/pro-spo/zdravookhranenie/library/2016/04/11/uprazhneniy-dlya-razvitiea-sily-oseovnyh> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
|  | 15 октября16.10-16.5017.00-17.20 | ОРУ с предметом: с мячом, гимнастической скакалкой | Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
| Глобус 1 | 6 октября18.30-19.1019.20-19.40 | Условные знаки спортивных карт. Ориентиры. | <https://shensyaolon/ru> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
|  | 11октября17.00-17.4017.50-18.30 | Экипировка (личное снаряжение) ориентировщика в летних соревнованиях. Топографические знаки. | <https://life4htalth.ru/odezhda-dlya-sportivnogo-orientirovaniya/> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
|  | 13октября18.30-19.1019.20-19.40 | Стороны горизонта, их определение по местным предметам | <https://yandex/ru/turbo?text=https%3A%2Fstudopedia.ru>%F8\_551045\_opredelenie-storon-gorizonta-po-mestnim-priznakam.html&lite=1Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
| Глобус 2 | 9 ноября18.20-18.5019.00-19.20 | Условные знаки спортивных карт. Ориентиры. | <https://shensyaolon/ru> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
|  | 11 ноября18.30-19.0019.10-19.40 | Экипировка (личное снаряжение) ориентировщика в летних соревнованиях. Топографические знаки. | <https://life4htalth.ru/odezhda-dlya-sportivnogo-orientirovaniya/> Картинки.YouTubeОнлайн подключение через ZOOM |
|  | 13 ноября18.30-19.0019.10-19.30 | Стороны горизонта, их определение по местным предметам | <https://yandex/ru/turbo?text=https%3A%2Fstudopedia.ru>%F8\_551045\_opredelenie-storon-gorizonta-po-mestnim-priznakam.html&lite=1Вайбер  |