Расписание занятий в дистанционной форме в объединениях физкультурно-спортивной направленности

(Педагог: Салдаева В.П.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Объединение** | **Дата и время проведения** | **Тема** | **Ресурс** |
| Глобус 1 | 24 января  17.00-17.30  17.40-18.10 | Медицинская (походная) аптечка. Состав и хранение. Личная гигиена. | <https://fireman.club/statyi-polzovateley/pohodnaya-aptechka-turista-soderzhimoe-trebovaniya-i-printsipyi-vyibora/>  Картинки.YouTube  Онлайн подключение через ZOOM  Выполняем при отсутствии подключения: перечислить состав походной аптеки туриста, как ее хранить. |
|  | 26 января  18.30-19.00  19.10-19.40 | Пищевые отравления. Первая помощь. Профилактика пищевых отравлений в полевых условиях | <https://mosk.minsk.gov.by/be/useful/10008-20210310-pishchevye-otravleniya-i-ikh-profilaktika-2>  Картинки.YouTube  Онлайн подключение через ZOOM  Выполняем при отсутствии подключения: оказание первой помощи при солнечном ударе, ушибах, отравлениях |
| Глобус 2 | 24 января  18.30-19.00  19.10-19.40 | Приемы передвижения по снежным и ледовым склонам. | <http://www.medical-enc.ru/turizm/dvizhenie-po-snezhnomu-sklonu.shtml>  Картинки.YouTube  Онлайн подключение через ZOOM  Выполняем при отсутствии подключения: передвижение на лыжах. |
|  | 28 января  18.30-19.00  19.10-19.30 | Выполнение контрольных нормативов по физической подготовке туристов. | <http://budetinteresno.info/fizpodgotovka_metodika.htm>  Картинки.YouTube  Онлайн подключение через ZOOM  Выполняем при отсутствии подключения: упражнения для развития силы рук и ног, для развития гибкости и силы мышц туловища, упражнения на растягивание и расслабление, упражнения в равновесии. |