

«УТВЕРЖДЕНО»
Начальник СП-ДЮСШ:
С. В. Романов
«_08_»_ноября_2021 г

РАСПИСАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ В ДИСТАНЦИОННОМ РЕЖИМЕ
с 08 по 13 ноября 2021 г
в СП-ДЮСШ ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ» с. Большая Глушица

Вид спорта	ФИО педагога дополнительного образования	Дата	Группа	Время	Способ	Тема занятия	Ресурс	Домашнее задание
08 ноября 2021 г								
волейбол	Гусев П. А.	08.11.	СОГ (14-17 лет)	18:00-18:30	С использованием ЭОР	Нападающий удар	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей https://clck.ru/MqftS Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/MqeqJ Обратить внимание на разбег и работу кисти	Не предусмотрено
волейбол	Гусев П. А.	08.11.	СОГ (10-13 лет)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Подача мяча	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей https://clck.ru/MqftS Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/Mqd7P Обратить внимание исходное положение и подбор мяча.	Не предусмотрено
волейбол	Васильев Р. В.	08.11.	СОГ	18.00-18.30	С использованием ЭОР	Нижняя и верхняя передачи. Нижняя боковая и прямая, верхняя подачи.	https://www.youtube.com/watch?v=DPDT8ID0AOY	Не предусмотрено

волейбол	Астапов Е. В.	08.11.	СОГ (7-11 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	СФП. Прямой нападающий удар.	Посмотреть видео по ссылке https://clck.ru/YgMtV	Не предусмотрено
баскетбол	Васильев Р. В.	08.11.	СОГ	16:30-17.00	С использованием ЭОР	ОФП. Броски с места (стоя прямо перед щитом и под углом).	https://www.youtube.com/watch?v=PYONP19Zzi0	Не предусмотрено
баскетбол	Сударикова В.В.	08.11.	(2-9 классы)	18:00-18:40	С использованием ЭОР	Финты в баскетболе: виды, техника,советы.	1.Изучить виды и технику выполнения финтов в баскетболе : https://fiteria.ru/statji/samostoyatelnoe-obuchenie-fintam-v-basketbole.html	Выполнить 3 подхода : 1.Степ на месте(3 раза по 60 сек) руки как в защитной стойке. 2.Прыжки на 360 градусов на месте 20 раз 3. Выпады со сменой правой/левой ногой прыжком 30 раз
Футбол	Попов А. В.	08.11.	СОГ 1	14.00-14.30	С использованием ЭОР	Режим дня для футболиста.	https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs https://www.youtube.com/watch?v=a9cJ8vTMVvg	Не предусмотрено
Футбол	Абрашкин Е. Н.	08.11.	СОГ-1	14.30-15.00	С использованием ЭОР	Удары по мячу	https://www.youtube.com/watch?v=97QETf8tgCM <u>ZOOM</u>	Не предусмотрено
Футбол	Абрашкин Е. Н.	08.11.	СОГ-2	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Удары по мячу	https://www.youtube.com/watch?v=97QETf8tgCM <u>ZOOM</u>	Не предусмотрено

Футбол	Абрашкин Е. Н.	08.11.	СОГ-3	16.00-16.30	С использованием ЭОР	Удары по мячу	https://www.youtube.com/watch?v=97QETf8tgCM ZOOM	Не предусмотрено
Дзюдо	Скворцов Р. А.	08.11.	СОГ (12-17л)	16.30-17.00 (30м)	С использованием ЭОР	Практика: Разминка . Отработка задний подножки под выставленную ногу .	https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&path=wizard&parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&wiz_type=vital	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Бондаренко Е. В.	08.11.	СОГ (1-5 классы)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Ведение мяча на месте и в шаге. Эстафета с ведением мяча. «Снайперы»»	1. https://clck.ru/Mye8H силовые упражнения для бега	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Попов А. Н.	08.11.	СОГ (1-2 классы)	15:30-16:00	С использованием ЭОР	Бег на 1 км	Техника выполнения бега https://www.youtube.com/watch?v=O4AoayxVnXU	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Попов А. Н.	08.11.	СОГ (3-4 классы)	17:10-17:40	С использованием ЭОР	Бег на 1 км	Техника выполнения бега https://www.youtube.com/watch?v=O4AoayxVnXU	Не предусмотрено

Подвижные игры	Фокина А.В.	08.11.	СОГ (6-11 лет)	14.20-15.10	С использованием ЭОР	«Очистить свой сад от камней»	https://fk12.ru/games/igra-ochisti-svoi-sad-ot-kamnei	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Бондаренко Е. В.	08.11.	СОГ (7-11 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Медленный бег до 16 минут. Специальные беговые упражнения, наклоны вперед на гибкость, поднятие туловища за 30 секунд, подтягивание. Подвижная игра по выбору учащихся	20 упражнений на укрепление стопы и голени для бегунов https://clck.ru/NEjL7	Посмотреть и выполнить https://clck.ru/NEjL7
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	08.11.	СОГ1 (6-8 лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	ОФП. Медленный бег	https://youtu.be/WvbmKDVXjPM	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	08.11.	СОГ 3(11-13лет)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Правила соревнований бега на короткие дистанции . ОФП.	https://ok.ru/video/2826641543568	Не предусмотрено
Настольный теннис	Айтасов Р.Ж.	08.11.	СОГ (7-17 лет)	15.00-15.30	Онлайн подключение	Освоение и отработка защитных ударов в настольном теннисе	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0QmhuQUt0MDQwQT09	Не предусмотрено
Настольный теннис	Тананаев В.Н.	08.11.	СОГ (3-11 классы)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Поддача слева откидкой	Ознакомление с техникой подачи откидки слева https://youtu.be/KPHV_qGv7BY	Не предусмотрено

футбол	Романов С. В.	08.11.	СОГ (10-11 лет)	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Режим дня футболиста.	https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs	Не предусмотрено
Шахматы	Астапов Е. В.	08.11.	СОГ (6-11 классы)	14:00-14:30	С использованием ЭОР	Части шахматной партии.	Посмотреть видео https://clck.ru/Xz6SM	Не предусмотрено
Шахматы	Гусев П. А.	08.11.	СОГ (8-17 лет)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Части шахматной партии	Посмотреть обучающее видео: https://www.youtube.com/watch?v=-jq6s6yN9CNw Определить основные ошибки в дебюте.	Не предусмотрено
Спортивная борьба. Грэпплинг	Борзунов А. Е.	08.11.	СОГ 3 (13-18л)	18.10-18.40	С использованием ЭОР	Упражнения с предметами. Скакалки, гири, гантели, мячи.	https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital https://www.youtube.com/watch?v=LicqgoQrLg	Не предусмотрено
Настольный теннис	Тананаев В. Н.	08.11.	СОГ (3-11 классы)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Подача слева откидкой	Ознакомление с техникой подачи откидки слева https://youtu.be/KPHV_qGv7BY	Не предусмотрено
Подвижные игры	Бычина С. В.	08.11.	СОГ (6-11 лет)	14.20-15.10	С использованием ЭОР	Повторение игры «Паровоз».	https://infourok.ru/igra-po-stanciyam-vesyolij-poezd-prishkolnij-lager-1937785.html	Не предусмотрено
09 ноября 2021 г								
Навстречу ГТО	Васильев Р. В.	09.11.	СОГ	16:30-18.00	С использованием ЭОР	Метание теннисного мяча в цель	https://www.youtube.com/watch?v=geaWSZPLMw4	Не предусмотрено

Навстречу ГТО	Попов А. Н.	09.11.	СОГ (1-2 классы)	15:30-16:00	С использованием ЭОР	Бег в среднем темпе в чередовании с ходьбой: бег 400 м — ходьба 200 м — бег 400 м	Бег на короткие дистанции. Высокий старт. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860/	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Попов А. Н.	09.11.	СОГ (3-4 классы)	16:45-17:15	С использованием ЭОР	Бег в среднем темпе в чередовании с ходьбой: бег 400 м — ходьба 200 м — бег 400 м	Бег на короткие дистанции. Высокий старт. https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860/	Не предусмотрено
Шахматы	Айтасов Р.Ж.	09.11.	СОГ (7-17 лет)	15.00-15.30	Онлайн подключение	Шахматные разряды и звания	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0QmhuQUt0MDQwQT09	Не предусмотрено
футбол	Попов А. В.	09.11.	СОГ 2	14.00-14.30	С использованием ЭОР	Режим дня для футболиста.	https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs https://www.youtube.com/watch?v=a9cJ8vTMVvg	Не предусмотрено
футбол	Попов А. В.	09.11.	СОГ 3	14.30-15.00	С использованием ЭОР	Режим дня для футболиста.	https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs https://www.youtube.com/watch?v=a9cJ8vTMVvg	Не предусмотрено
футбол	Попов А. В.	09.11.	СОГ 4	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Режим дня для футболиста.	https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs https://www.youtube.com/watch?v=a9cJ8vTMVvg	Не предусмотрено
футбол	Попов А. В.	09.11.	СОГ 5	15.30-16.00	С использованием ЭОР	Режим дня для футболиста.	https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs https://www.youtube.com/watch?v=a9cJ8vTMVvg	Не предусмотрено

футбол	Попов А. В.	09.11.	СОГ 6	16.00-16.30	С использованием ЭОР	Режим дня для футболиста.	https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs https://www.youtube.com/watch?v=a9cJ8vTMVvg	Не предусмотрено
волейбол	Царёва М. В.	09.11.	СОГ (5-11 классы)	15:40-16:10	С использованием ЭОР	СФП. Прямой нападающий удар.	Интернет – сайт https://resh.edu.ru/subject/lesson/6101/start/41745/	Не предусмотрено
волейбол	Качимова Л. Ф.	09.11.	СОГ (10-13 лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Подача мяча	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей https://clck.ru/MqftS Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/Mqd7P Обратить внимание исходное положение и подброс мяча.	Не предусмотрено
волейбол	Качимова Л. Ф.	09.11.	СОГ (14-17 лет)	16:30-17:00	С использованием ЭОР	Нападающий удар	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей https://clck.ru/MqftS Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/MqeqJ Обратить внимание на разбег и работу кисти	Не предусмотрено
волейбол	Кравченко С. А.	09.11.	СОГ	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Развитие быстроты перемещений	https://youtu.be/qbx03Mhm53w	Не предусмотрено
волейбол	Устинов А. В.	09.11.	СОГ (14-17 лет)	17-30-18-00	С использованием ЭОР	Нападающий удар	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей https://clck.ru/MqftS Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/MqeqJ Обратить внимание на разбег и работу кисти	Не предусмотрено
Дзюдо	Скворцов Р. А.	09.11.	СОГ (7-11л)	15.30-16.00	С использованием ЭОР	Практика: Разминка . Отработка задний подножки под	https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital	Не предусмотрено

						выставленную ногу .	https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&path=wizard&parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&wiz_type=vital	
Подвижные игры	Фокина А. В.	09.11.	СОГ (6-11 лет)	15.10-16.25	С использованием ЭОР	«Удочка с прыжками»	https://infourok.ru/podvizhnaya-igradlya-starshey-gruppi-udochka-3206043.html	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	09.11.	СОГ 2 (9-10 лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	ОРУ. Спец.беговые упражнения	https://youtu.be/xpOQjp7wBIw	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Шевчун В. Н.	09.11.	СОГ (6-11 классы)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Медленный бег. Подвижные игры.	https://clck.ru/Mye4P ОФП для бегунов Техника бега на длинные дистанции. https://clck.ru/My4HQ	Посмотреть и выполнить https://clck.ru/Mye4P https://clck.ru/My4HQ
Спортивная борьба. Грэплинг	Борзунов А. Е.	09.11.	СОГ 1 (6-8л)	17.00-17.30	С использованием ЭОР	Упражнения с предметами. Скакалки, гири, гантели, мячи.	https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital https://www.youtube.com/watch?v=Li_cqgoQrLg	Не предусмотрено
Спортивная борьба. Грэплинг	Борзунов А. Е.	09.11.	СОГ 2 (9-12л)	18.40-19.10	С использованием ЭОР	Упражнения с предметами. Скакалки, гири, гантели, мячи.	https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital https://www.youtube.com/watch?v=Li_cqgoQrLg	Не предусмотрено

Подвижные игры	Бычина С. В.	09.11.	СОГ (6-11 лет)	15.10-16.25	С использованием ЭОР	Повторение ранее изученных игр.	https://fk12.ru/games/igra-hvostiki https://infourok.ru/igra-po-stanciyam-vesyoliy-poezd-prishkolniy-lager-1937785.html	Не предусмотрено
10 ноября 2021 г								
волейбол	Гусев П. А.	10.11.	СОГ (14-17 лет)	18:00-18:30	С использованием ЭОР	Нападающий удар. Прием нападающего удара.	Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/MqfVs Обратите внимание на работу туловища и приземление. Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/MqarV Обратить на игровую стойку.	Не предусмотрено
волейбол	Гусев П. А.	10.11.	СОГ (10-13 лет)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Пионербол с элементами волейбола.	Посмотреть обучающее видео: https://www.youtube.com/watch?v=55IO4z-ALew Выучить правила расстановки.	Не предусмотрено
волейбол	Васильев Р. В.	10.11.	СОГ	18:00-18:30	С использованием ЭОР	Техника верхней передачи в прыжке и обманных ударов.	https://www.youtube.com/watch?v=h9oMQBh7IL0	Не предусмотрено
волейбол	Астапов Е. В.	10.11.	СОГ (7-11 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	СФП. Прямой нападающий удар. Прием мяча снизу.	Посмотреть видео по ссылке https://clck.ru/YgMtV	Не предусмотрено
волейбол	Гавриленко Л. А.	10.11.	СОГ (8-9 классы)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Прием и передача мяча сверху и снизу	https://clck.ru/MqcmQ Индивидуальные упражнения https://www.youtube.com/watch?v=fjZzxEZduT4	Не предусмотрено
баскетбол	Васильев Р. В.	10.11.	СОГ	16:30-17:00	С использованием ЭОР	Броски в корзину двумя руками, двумя руками с	https://www.youtube.com/watch?v=IILpGH9el30	Не предусмотрено

						отскоком от щита, с места и в движении		
футбол	Попов А. В.	10.11.	СОГ 1	14.00-14.30	С использованием ЭОР	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперед. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.	https://www.youtube.com/watch?v=X7jYWDOH41s https://www.youtube.com/watch?v=M1mF7DpGwmM	Не предусмотрено
футбол	Романов С. В.	10.11.	СОГ (10-11 лет)	16.00-16.30	С использованием ЭОР	Режим дня футболиста.	https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs	Не предусмотрено
футбол	Абрашкин Е. Н.	10.11	СОГ -1	14.30-15.00	С использованием ЭОР	Совершенствование ударов по мячу	https://www.youtube.com/watch?v=MhSGuH55Mdw ZOOM	Не предусмотрено
футбол	Абрашкин Е. Н.	10.11	СОГ -2	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Совершенствование ударов по мячу	https://www.youtube.com/watch?v=MhSGuH55Mdw ZOOM	Не предусмотрено
футбол	Абрашкин Е. Н.	10.11	СОГ -3	16.00-16.30	С использованием ЭОР	Совершенствование ударов по мячу	https://www.youtube.com/watch?v=MhSGuH55Mdw ZOOM	Не предусмотрено
Дзюдо	Скворцов Р. А.	10.11.	СОГ (12-17л)	16.30.17.00	С использованием ЭОР	Практика: Разминка . Оработка удержание сбоку.	https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital https://www.youtube.com/watch?v=Lj_cqgoOrLg	Не предусмотрено

Баскетбол	Сударикова В. В.	10.11.	(2- 9 классы)	18:00-18:40	С использованием ЭОР	Тактика нападения в баскетболе : заслоны.	Изучить виды заслонов и технику выполнения : https://hoops.com.ua/team/10-basketball-screen Наглядное обучающее видео: https://yandex.ru/video/search?from=tabbar&text=заслоны%20в%20баскетболе%20виды	Выполнить 1.Сгибание разгибание рук на полу (отжимания) 10-15 раз (2 подхода) 2. Показать технику выполнения заслона на месте (5-7 сек)
Шахматы	Астапов Е. В.	10.11.	СОГ (6-11 классы)	14:00-14:30	14:00-14:30	Изучение дебюта . Испанская партия.	Посмотреть видео https://clck.ru/YgN7T	Не предусмотрено
Шахматы	Гусев П. А.	10.11.	СОГ (8-17 лет)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Дебют. Испанская партия	Посмотреть обучающее видео: https://www.youtube.com/watch?v=VzoBDi6zwaA Запомнить варианты розыгрыша испанской партии	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Бондаренко Е. В.	10.11.	СОГ (1-5 классы)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Метание малого мяча в вертикальную цель. Эстафета «точно в цель.» «Передал отойди».	1. https://clck.ru/Mye4P ОФП для бегунов	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Бондаренко Е. В.	10.11.	СОГ (3-6 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	ОРУ. Встречная эстафета. Подвижные игры	https://clck.ru/Mye4P ОФП для бегунов	Посмотреть и выполнить https://clck.ru/Mye4P
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	10.11.	СОГ 1 (6-8 лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	ОФП.ОРУ с гимнастической палкой	https://youtu.be/At8ED7QK9v4	Не предусмотрено

Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	10.11.	СОГ 3(11-13лет)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	ОРУ .Бег 30м	https://youtu.be/5JRjydu1qiw	Не предусмотрено
Настольный теннис	Айтасов Р.Ж.	10.11.	СОГ (7-17 лет)	15.00-15.30	Онлайн подключение	Соревновательная практика	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh1QUt0MDQwQT09	Не предусмотрено
Настольный теннис	Тананаев В. Н.	10.11.	СОГ (3-11 классы)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Схема влево – вправо при накате влево	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей https://clck.ru/MqftS Повторить технику откидки влево https://youtu.be/-r8CH9j9Uog	Не предусмотрено
11 ноября 2021 г								
волейбол	Кравченко С. А.	11.11.	СОГ	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Техника стоек и перемещений	https://youtu.be/wM8uyKq2efg	Не предусмотрено
волейбол	Качимова Л.Ф.	11.11.	СОГ (10-13 лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Пионербол с элементами волейбола.	Посмотреть обучающее видео: https://www.youtube.com/watch?v=551O4z-ALew Выучить правила расстановки.	Не предусмотрено
волейбол	Качимова Л.Ф.	11.11.	СОГ (14-17 лет)	16:30-17:00	С использованием ЭОР	Нападающий удар. Прием нападающего удара.	Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/MqfVs Обратите внимание на работу туловища и приземление. Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/MqarV Обратить на игровую стойку.	Не предусмотрено
волейбол	Устинов А. В.	11.11.	СОГ (14-17 лет)	17-30 -18-00	С использованием ЭОР	Нападающий удар. Прием нападающего удара.	Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/MqfVs Обратите внимание на работу туловища и приземление. Посмотреть обучающее видео: https://clck.ru/MqarV Обратить на игровую стойку.	Не предусмотрено
Шахматы	Айтасов Р.Ж.	11.11.	СОГ (7-17 лет)	15.00-15.30	Онлайн подключение	Шахматные разряды и звания	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh1QUt0MDQwQT09	Не предусмотрено

							15?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0QmhuQUt0MDQwQT09	
Навстречу ГТО	Васильев Р.В.	11.11.	СОГ	16:30-17:00	С использованием ЭОР	Челночный бег 3x10	https://www.youtube.com/watch?v=ytgBkLbHro	Не предусмотрено
Футбол	Попов А. В.	11.11.	СОГ 2	14.00-14.30	С использованием ЭОР	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперед. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.	https://www.youtube.com/watch?v=X7jYWDON41s https://www.youtube.com/watch?v=M1mF7DpGwmM	Не предусмотрено
Футбол	Попов А. В.	11.11.	СОГ 3	14.30-15.00	С использованием ЭОР	Ведение мяча с обводкой стоек.	https://www.youtube.com/watch?v=xtsWHT8LpRU	Не предусмотрено
Футбол	Попов А. В.	11.11.	СОГ 4	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Ведение мяча с обводкой стоек.	https://www.youtube.com/watch?v=xtsWHT8LpRU	Не предусмотрено
Футбол	Попов А. В.	11.11.	СОГ 5	15.30-16.00	С использованием ЭОР	Физическая подготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	https://www.youtube.com/watch?v=qzIN7DqkjEs&list=PL8-vnGs5ZfBzl0inh_Z1Ffb1kxUluxJRU	Не предусмотрено
Футбол	Попов А. В.	11.11.	СОГ 6	16.00-16.30	С использованием ЭОР	Физическая подготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	https://www.youtube.com/watch?v=qzIN7DqkjEs&list=PL8-vnGs5ZfBzl0inh_Z1Ffb1kxUluxJRU	Не предусмотрено
Дзюдо	Скворцов Р. А.	11.11.	СОГ (7-11л)	15.30.16.00 (30м)	С использованием ЭОР	Практика: Разминка . Отработка	https://yandex.ru/video/search?text=разминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital	Не предусмотрено

						бросок через бедро		
Лёгкая атлетика	Шевчун В. Н.	11.11.	СОГ (6-11 классы)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Техника спринтерского бега: - изучение техники низкого старта . Медленный бег.	20 упражнений на укрепление стопы и голени для бегунов https://clck.ru/NEjL7	Посмотреть и выполнить https://clck.ru/NEjL7
Спортивная борьба. Грэпплинг	Борзунов А. Е.	11.11.	СОГ 1 (6-8 л)	17.00-17.30	С использованием ЭОР	Упражнения без предметов. Сгибание , разгибание, отведение, приведение, вращение рук, круговые упражнения, локтевые, плечевые, голеностопных, тазобедренных, наклоны туловища, повороты головы	https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&path=wizard&parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&wiz_type=vital	Не предусмотрено
Спортивная борьба. Грэпплинг	Борзунов А. Е.	11.11.	СОГ 2 (9-12 л)	18.30-19.00	С использованием ЭОР	Упражнения без предметов. Сгибание , разгибание, отведение, приведение, вращение рук, круговые упражнения,	https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&path=wizard&parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&wiz_type=vital	Не предусмотрено

						локтевые, плечевые, голеностопных, тазобедренных, наклоны туловища, повороты головы	123&wiz_type=vital	
12 ноября 2021 г								
Лёгкая атлетика	Бондаренко Е. В.	12.11.	СОГ (3-6 классы)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	ОРУ. Техника эстафетного бега. Подвижные игры.	20 упражнений на укрепление стопы и голени для бегунов https://clck.ru/NEjL7	Посмотреть и выполнить https://clck.ru/NEjL7
Лёгкая атлетика	Бондаренко Е. В.	12.11.	СОГ (7-11 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Медленный бег до 16 минут. Специальные беговые упражнения, наклоны вперед на гибкость, поднимание туловища за 30 секунд , подтягивание. Подвижная игра по выбору учащихся.	1. https://clck.ru/Mye4P ОФП для бегунов	Посмотреть и выполнить https://clck.ru/Mye4P
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	12.11.	СОГ 2 (9- 10лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	ОФП. Высокий старт	https://youtu.be/T4S3ftEH_sk	Не предусмотрено
Спортивная борьба. Грэплинг	Борзунов А. Е.	12.11.	СОГ 3 (13-18 л)	18.10-18.40	С использованием ЭОР	Упражнения без предметов. Сгибание , разгибание, отведение, приведение, вращение рук, круговые	https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&path=wizard&parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&wiz_type=vital https://yandex.ru/video/search?text=Задания%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&path=wizard&parent-reqid=1607349932909097-	Не предусмотрено

						упражнения, локтевые, плечевые, голеностопных, тазобедренных, наклоны туловища, повороты головы	9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&wiz_type=vital	
волейбол	Царёва М. В.	12.11	СОГ (5-11 классы)	15:40-16:10	С использованием ЭОР	Прямой нападающий удар. Прием мяча снизу.	Интернет – сайт https://resh.edu.ru/subject/lesson/1390/	Не предусмотрено