

«УТВЕРЖДЕНО»  
Начальник СП-ДЮСШ:  
С. В. Романов  
«\_15\_»\_ноября\_2021 г

РАСПИСАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ В ДИСТАНЦИОННОМ РЕЖИМЕ  
с 15 по 19 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
<b>15 ноября 2021 г</b>								
волейбол	Гусев П. А.	15.11.	СОГ (14-17 лет)	18:00-18:30	С использованием ЭОР	Прием и передача мяча сверху	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей <a href="https://clck.ru/MqftS">https://clck.ru/MqftS</a> Посмотреть обучающие видео: <a href="https://clck.ru/MqfhT">https://clck.ru/MqfhT</a> <a href="https://clck.ru/MqcbL">https://clck.ru/MqcbL</a> Обратить внимание на постановку рук и работу кистей и пальцев.	Не предусмотрено
волейбол	Гусев П. А.	15.11.	СОГ (10-13 лет)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Прием и передача мяча снизу	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей <a href="https://clck.ru/MqftS">https://clck.ru/MqftS</a> Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/Mq22R">https://clck.ru/Mq22R</a> Обратить внимание на работу ног и туловища.	Не предусмотрено
волейбол	Сторожков А. С.	15.11.	СОГ 1	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Групповые действия в защите	<a href="https://youtu.be/n3vzPMFmnwU">https://youtu.be/n3vzPMFmnwU</a> Повторить подводящие упражнения	Не предусмотрено

волейбол	Сторожков А. С.	15.11.	СОГ 2	15:30-16:00	С использованием ЭОР	Групповые действия в защите	<a href="https://youtu.be/n3vzPMFmnwU">https://youtu.be/n3vzPMFmnwU</a> Повторить подводящие упражнения	Не предусмотрено
волейбол	Астапов Е. В.	15.11.	СОГ (7-11 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	СФП. Прямой нападающий удар.	Посмотреть видео по ссылке <a href="https://clck.ru/YgMtV">https://clck.ru/YgMtV</a>	Не предусмотрено
баскетбол	Сударикова В.В.	15.11.	(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 : <a href="https://fiteria.ru/statji/samostoyatelnoe-obuchenie-fintam-v-basketbole.html">https://fiteria.ru/statji/samostoyatelnoe-obuchenie-fintam-v-basketbole.html</a>	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.	15.11.	СОГ 1	14.00-14.30	С использованием ЭОР	Личная гигиена футболиста.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM">https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM</a>	Не предусмотрено
Футбол	Абрашкин Е. Н.	15.11.	СОГ-1	14.30-15.00	С использованием ЭОР	Передача мяча и остановка мяча в парах на месте.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9MjJpZ-UTvA">https://www.youtube.com/watch?v=9MjJpZ-UTvA</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=G0h0GFwnAgg">https://www.youtube.com/watch?v=G0h0GFwnAgg</a> <u>ZOOM</u>	Не предусмотрено
Футбол	Абрашкин Е. Н.	15.11.	СОГ-2	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Физподготовка. Челночный бег и удары по воротам, футбол.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9MjJpZ-UTvA">https://www.youtube.com/watch?v=9MjJpZ-UTvA</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=G0h0GFwnAgg">https://www.youtube.com/watch?v=G0h0GFwnAgg</a> <u>ZOOM</u>	Не предусмотрено

Футбол	Абрашкин Е. Н.	15.11.	СОГ-3	17.30-18.00	С использованием ЭОР	Физподготовка. Челночный бег и удары по воротам, футбол.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9MjPz-UTvA">https://www.youtube.com/watch?v=9MjPz-UTvA</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=G0h0GFwnAgg">https://www.youtube.com/watch?v=G0h0GFwnAgg</a>  ZOOM	Не предусмотрено
Дзюдо	Скворцов Р. А.	15.11.	СОГ (12- 17л)	16.30-17.00 (30м)	С использованием ЭОР	Практика: Разминка . Отработка задний подножки под выставленную ногу .	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=разминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=разминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a>  <a href="https://yandex.ru/video/search?text=задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital</a>	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Бондаренко Е. В.	15.11.	СОГ (1-5 классы)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Ловля мяча на месте. П/И. Развитие координационны х способностей. «Снайперы».	1. <a href="https://clck.ru/Mye8H">https://clck.ru/Mye8H</a> силовые упражнения для бега	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Попов А. Н.	15.11.	СОГ (1-2 классы)	15:30-16:00	С использованием ЭОР	Бег на 1 км	Техника выполнения бега  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=O4AoayxVnXU">https://www.youtube.com/watch?v=O4AoayxVnXU</a>	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Попов А. Н.	15.11.	СОГ (3-4 классы)	17:10-17:40	С использованием ЭОР	Бег на 1 км	Техника выполнения бега  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=O4AoayxVnXU">https://www.youtube.com/watch?v=O4AoayxVnXU</a>	Не предусмотрено

Подвижные игры	Фокина А.В.	15.11.	СОГ (6-11 лет)	14.20-15.10	С использованием ЭОР	«Салки со стопами».	<a href="https://igroznaika.ru/aktivnye/podvi-zhnaya-igra-salki-raznoobrazie-form-i-pravila-igry">https://igroznaika.ru/aktivnye/podvi-zhnaya-igra-salki-raznoobrazie-form-i-pravila-igry</a>	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Бондаренко Е. В.	15.11.	СОГ (7-11 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Совершенствование техники стартового разгона и бега по дистанции с максимальной скоростью .	20 упражнений на укрепление стопы и голени для бегунов <a href="https://clck.ru/NEjL7">https://clck.ru/NEjL7</a>	Посмотреть и выполнить  <a href="https://clck.ru/NEjL7">https://clck.ru/NEjL7</a>
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	15.11.	СОГ1 (6-8 лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	ОФП. Медленный бег	<a href="https://youtu.be/WvbmKDvXjPM">https://youtu.be/WvbmKDvXjPM</a>	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	15.11.	СОГ 3(11-13лет)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Правила соревнований бега на короткие дистанции . ОФП.	<a href="https://ok.ru/video/2826641543568">https://ok.ru/video/2826641543568</a>	Не предусмотрено
Настольный теннис	Айтасов Р.Ж.	15.11.	СОГ (7-17 лет)	15.00-15.30	Онлайн подключение	Освоение и отработка защитных ударов в настольном теннисе	Подключиться к конференции Zoom <a href="https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh1QUt0MDQwQT09">https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh1QUt0MDQwQT09</a>	Не предусмотрено
Настольный теннис	Тананаев В.Н.	15.11.	СОГ (3-11 классы)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Схема влево-вправо,вперед – назад пр накатах справо	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей <a href="https://clck.ru/MqftS">https://clck.ru/MqftS</a>  Повторить технику откидки вправо <a href="https://youtu.be/-r8CH9j9Uog">https://youtu.be/-r8CH9j9Uog</a>	Не предусмотрено
футбол	Романов С. В.	15.11.	СОГ (10-11 лет)	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Режим дня футболиста.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs">https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs</a>	Не предусмотрено

Шахматы	Астапов Е. В.	15.11.	СОГ (6-11 классы)	14:00-14:30	С использованием ЭОР	Части шахматной партии.	Посмотреть видео <a href="https://clck.ru/Xz6SM">https://clck.ru/Xz6SM</a>	Не предусмотрено
Шахматы	Гусев П. А.	15.11.	СОГ (8-17 лет)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Дебют. Итальянская партия	Посмотреть обучающее видео: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=k8ryIX-IXXw">https://www.youtube.com/watch?v=k8ryIX-IXXw</a>  Определить основные ошибки в дебюте. Запомнить «ловушки»	Не предусмотрено
Спортивная борьба. Грэпплинг	Борзунов А. Е.	15.11.	СОГ 3 (13-18л)	18.10-18.40	С использованием ЭОР	Упражнения с предметами. Скакалки, гири, гантели, мячи.	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=LicqgoQrLg">https://www.youtube.com/watch?v=LicqgoQrLg</a>	Не предусмотрено
Подвижные игры	Бычинина С. В.	15.11.	СОГ (6-11 лет)	14.20-15.10	С использованием ЭОР	Повторение игры «Паровоз».	<a href="https://infourok.ru/igra-po-stanciyam-vesyoliy-poezd-prishkolniy-lager-1937785.html">https://infourok.ru/igra-po-stanciyam-vesyoliy-poezd-prishkolniy-lager-1937785.html</a>	Не предусмотрено

**16 ноября 2021 г**

Навстречу ГТО	Сторожков А. С.	16.11.	СОГ	15:30-16:00	С использованием ЭОР	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Выполнить максимальное количество повторений  <a href="https://youtu.be/b9xbPA04TX0">https://youtu.be/b9xbPA04TX0</a>	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Попов А. Н.	16.11.	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.  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860/</a>	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Попов А. Н.	16.11.	СОГ (3-4 классы)	16:45-17:15	С использованием ЭОР	Бег в среднем темпе в чередовании с ходьбой: бег 400	Бег на короткие дистанции. Высокий старт.	Не предусмотрено

						м — ходьба 200 м — бег 400 м	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860/</a>	
Шахматы	Айтасов Р.Ж.	16.11.	СОГ (7-17 лет)	15.00-15.30	Онлайн подключение	Шахматные разряды и звания (4-й из 5,6 ч.)	Подключиться к конференции Zoom <a href="https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh uQUt0MDQwQT09">https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh uQUt0MDQwQT09</a>	Не предусмотрено
футбол	Попов А. В.	16.11.	СОГ 2	14.00-14.30	С использованием ЭОР	Личная гигиена футболиста.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM">https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM</a>	Не предусмотрено
футбол	Попов А. В.	16.11.	СОГ 3	14.30-15.00	С использованием ЭОР	Личная гигиена футболиста.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM">https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM</a>	Не предусмотрено
футбол	Попов А. В.	16.11.	СОГ 4	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Личная гигиена футболиста.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM">https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM</a>	Не предусмотрено
футбол	Попов А. В.	16.11.	СОГ 5	15.30-16.00	С использованием ЭОР	Личная гигиена футболиста.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM">https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM</a>	Не предусмотрено
футбол	Попов А. В.	16.11.	СОГ 6	16.00-16.30	С использованием ЭОР	Личная гигиена футболиста.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM">https://www.youtube.com/watch?v=J3SVS5dptfM</a>	Не предусмотрено
волейбол	Царёва М. В.	16.11.	СОГ (5-11 классы)	15:40-16:10	С использованием ЭОР	<a href="#">СФП. Прямой нападающий удар.</a>	Интернет – сайт <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6101/start/41745/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6101/start/41745/</a>	Не предусмотрено
волейбол	Качимова Л. Ф.	16.11.	СОГ (10-13 лет)	15:00-16:30	С использованием ЭОР	Прием и передача мяча снизу	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей <a href="https://clck.ru/MqftS">https://clck.ru/MqftS</a> Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/Mq22R">https://clck.ru/Mq22R</a> Обратить внимание на работу ног и туловища.	Не предусмотрено
волейбол	Качимова Л. Ф.	16.11.	СОГ (14-17 лет)	16:30-18:00	С использованием ЭОР	Прием и передача мяча сверху	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей <a href="https://clck.ru/MqftS">https://clck.ru/MqftS</a> Посмотреть обучающие видео: <a href="https://clck.ru/MqfhT">https://clck.ru/MqfhT</a>	Не предусмотрено

							<a href="https://clck.ru/MqcbL">https://clck.ru/MqcbL</a> Обратить внимание на постановку рук и работу кистей и пальцев.	
волейбол	Кравченко С. А.	16.11.	СОГ	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Развитие быстроты перемещений	<a href="https://youtu.be/qbx03Mhm53w">https://youtu.be/qbx03Mhm53w</a>	Не предусмотрено
волейбол	Устинов А. В.	16.11.	СОГ (14-17 лет)	17-30-18-00	С использованием ЭОР	Нападающий удар	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей <a href="https://clck.ru/MqftS">https://clck.ru/MqftS</a> Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/MqeqJ">https://clck.ru/MqeqJ</a> Обратить внимание на разбег и работу кисти	Не предусмотрено
волейбол	Сторожков А. С.	16.11.	СОГ 3	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Групповые действия в защите	<a href="https://youtu.be/n3vzPMFmnwU">https://youtu.be/n3vzPMFmnwU</a> Повторить подводящие упражнения	Не предусмотрено
Дзюдо	Скворцов Р. А.	16.11.	СОГ (7-11л)	15.30-16.00 (30м)	С использованием ЭОР	Практика: Разминка . Отработка задний подножки под выставленную ногу .	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=разминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=разминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a> <a href="https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital</a>	Не предусмотрено
Подвижные игры	Фокина А. В.	16.11.	СОГ (6-11 лет)	15.10-16.25	С использованием ЭОР	Ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы.	<a href="https://youtu.be/RkzYSkVEqs8">https://youtu.be/RkzYSkVEqs8</a>	Не предусмотрено
Подвижные игры	Дашевская О. С.	16.11.	СОГ (1-4классы)	12:40-13:10	С использованием ЭОР	«Салки со стопами»	«Салки со стопами»	Не предусмотрено

							<a href="https://yandex.ru/video/preview/7436719011081312284">https://yandex.ru/video/preview/7436719011081312284</a>	
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	16.11.	СОГ 2 (9-10 лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	ОРУ. Спец.беговые упражнения	<a href="https://youtu.be/xpOQjp7wBIw">https://youtu.be/xpOQjp7wBIw</a>	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Шевчун В. Н.	16.11.	СОГ (6-11 классы)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Медленный бег. Подвижные игры.	<a href="https://clck.ru/Mye4P">https://clck.ru/Mye4P</a> ОФП для бегунов  Техника бега на длинные дистанции. <a href="https://clck.ru/My4HQ">https://clck.ru/My4HQ</a>	Посмотреть и выполнить <a href="https://clck.ru/Mye4P">https://clck.ru/Mye4P</a>  <a href="https://clck.ru/My4HQ">https://clck.ru/My4HQ</a>
Спортивная борьба. Грэпплинг	Борзунов А. Е.	16.11.	СОГ 1 (6-8л)	17.00-17.30	С использованием ЭОР	Упражнения с предметами. Скакалки, гири, гантели, мячи.	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дляюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дляюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Li_cqgoQrLg">https://www.youtube.com/watch?v=Li_cqgoQrLg</a>	Не предусмотрено
Спортивная борьба. Грэпплинг	Борзунов А. Е.	16.11.	СОГ 2 (9-12л)	18.40-19.10	С использованием ЭОР	Упражнения с предметами. Скакалки, гири, гантели, мячи.	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дляюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дляюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Li_cqgoQrLg">https://www.youtube.com/watch?v=Li_cqgoQrLg</a>	Не предусмотрено
Подвижные игры	Бычина С. В.	16.11.	СОГ (6-11 лет)	15.10-16.25	С использованием ЭОР	Повторение ранее изученных игр.	<a href="https://fk12.ru/games/igra-hvostiki">https://fk12.ru/games/igra-hvostiki</a>	Не предусмотрено



							<a href="https://infourok.ru/igra-po-stanciyam-vesyoliy-poezd-prishkolniy-lager-1937785.html">https://infourok.ru/igra-po-stanciyam-vesyoliy-poezd-prishkolniy-lager-1937785.html</a>	
<b>17 ноября 2021 г</b>								
волейбол	Гусев П. А.	17.11.	СОГ (14-17 лет)	18:00-18:30	С использованием ЭОР	Нападающий удар. Прием нападающего удара.	Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/MqfVs">https://clck.ru/MqfVs</a> Обратите внимание на работу туловища и приземление. Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/MqarV">https://clck.ru/MqarV</a> Обратить на игровую стойку.	Не предусмотрено
волейбол	Гусев П. А.	17.11.	СОГ (10-13 лет)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Подача мяча в указанную зону	Выполнить комплекс общеразвивающих упражнений. Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/Mqd7P">https://clck.ru/Mqd7P</a> Обратить внимание исходное положение и подбор мяча.	Не предусмотрено
волейбол	Сторожков А. С.	17.11.	СОГ 1	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Групповые действия в защите	<a href="https://youtu.be/n3vzPMFmnwU">https://youtu.be/n3vzPMFmnwU</a> Повторить подводящие упражнения	Не предусмотрено
волейбол	Сторожков А. С.	17.11.	СОГ 1	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Групповые действия в защите	<a href="https://youtu.be/n3vzPMFmnwU">https://youtu.be/n3vzPMFmnwU</a> Повторить подводящие упражнения	Не предусмотрено
волейбол	Астапов Е. В.	17.11.	СОГ (7-11 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	СФП. Прямой нападающий удар. Прием мяча снизу.	Посмотреть видео по ссылке <a href="https://clck.ru/YgMtV">https://clck.ru/YgMtV</a>	Не предусмотрено
волейбол	Гавриленко Л. А.	17.11.	СОГ (8-9 классы)	17:00-18:30	С использованием ЭОР	Прямой нападающий удар	Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей <a href="https://clck.ru/MqftS">https://clck.ru/MqftS</a>	Не предусмотрено

							<p>Повторить технику второй передачи мяча</p> <p><a href="https://yandex.ru/video/preview/?text=прямой%20нападающий%20удар%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1636718663564593-2745195851545520811-vla1-4403-vla-l7-balancer-8080-BAL-9636&amp;wiz_type=vital&amp;filmId=9329715211523212363">https://yandex.ru/video/preview/?text=прямой%20нападающий%20удар%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1636718663564593-2745195851545520811-vla1-4403-vla-l7-balancer-8080-BAL-9636&amp;wiz_type=vital&amp;filmId=9329715211523212363</a></p>	
футбол	Попов А. В.	17.11.	СОГ 1	14.00-14.30	С использованием ЭОР	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08">https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08</a>	Не предусмотрено
футбол	Романов С. В.	17.11	СОГ (10-11 лет)	16.00-16.30	С использованием ЭОР	Режим дня футболиста.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs">https://www.youtube.com/watch?v=Aw_yHSVZirs</a>	Не предусмотрено
футбол	Абрашкин Е. Н.	17.11	СОГ -1	14.30-15.00	С использованием ЭОР	Правила игры в мини-футбол.	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=yioibyZzcao">https://www.youtube.com/watch?v=yioibyZzcao</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=FFBOjAoTpbg&amp;list=PLHklsZXGnLpHS1hbUbdUoHHoTGXw26UCq">https://www.youtube.com/watch?v=FFBOjAoTpbg&amp;list=PLHklsZXGnLpHS1hbUbdUoHHoTGXw26UCq</a></p> <p>ZOOM</p>	Не предусмотрено
футбол	Абрашкин Е. Н.	17.11	СОГ -2	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Правила игры в мини-футбол.	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=PXUJi55DD4">https://www.youtube.com/watch?v=PXUJi55DD4</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=ARJLZwKxFmU">https://www.youtube.com/watch?v=ARJLZwKxFmU</a></p> <p>ZOOM</p>	Не предусмотрено

футбол	Абрашкин Е. Н.	17.11	СОГ -3	17.30-18.00	С использованием ЭОР	Правила игры в мини-футбол.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=P_XUJi55DD4">https://www.youtube.com/watch?v=P_XUJi55DD4</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ARJLZwKxFmU">https://www.youtube.com/watch?v=ARJLZwKxFmU</a>  ZOOM	Не предусмотрено
Дзюдо	Скворцов Р. А.	17.11.	СОГ (12- 17л)	16.30.17.00 (30м)	С использованием ЭОР	Практика: Разминка . Отработка удержание сбоку.	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=LicqgoQrLg">https://www.youtube.com/watch?v=LicqgoQrLg</a>	Не предусмотрено
Баскетбол	Сударикова В. В.	17.11	(2- 9 классы)	18:00-18:40	С использованием ЭОР	Тактика нападения в баскетболе : заслоны.	Изучить виды заслонов и технику выполнения :  <a href="https://hoops.com.ua/team/10-basketball-screen">https://hoops.com.ua/team/10-basketball-screen</a>  Наглядное обучающее видео: <a href="https://yandex.ru/video/search?from=tabbar&amp;text=заслоны%20в%20баскетболе%20виды">https://yandex.ru/video/search?from=tabbar&amp;text=заслоны%20в%20баскетболе%20виды</a>	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.	17.11	СОГ (6-11 классы)	14:00-14:30	14:00-14:30	Изучение дебюта . Испанская партия.	Посмотреть видео <a href="https://clck.ru/YgN7T">https://clck.ru/YgN7T</a>	Не предусмотрено
Шахматы	Гусев П. А.	17.11.	СОГ (8-17 лет)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Дебют. Сицилианская защита	Посмотреть обучающее видео: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SArTnk5NbuY">https://www.youtube.com/watch?v=SArTnk5NbuY</a>  Запомнить варианты розыгрыша дебюта.	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Бондаренко Е. В.	17.11.	СОГ (1-5 классы)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Ведение мяча на месте и в шаге. Эстафета с	1. <a href="https://clck.ru/Mye4P">https://clck.ru/Mye4P</a> ОФП для бегунов	Не предусмотрено

						ведением мяча. «Снайперы»»		
Лёгкая атлетика	Бондаренко Е. В.	17.11.	СОГ (3-6 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	ОРУ. Совершенствование техники эстафетного бега. Подвижные игры.	<a href="https://clck.ru/Mye4P">https://clck.ru/Mye4P</a> ОФП для бегунов	Посмотреть и выполнить <a href="https://clck.ru/Mye4P">https://clck.ru/Mye4P</a>
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	17.11	СОГ 1 (6-8 лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	ОФП.ОРУ с гимнастической палкой	<a href="https://youtu.be/At8ED7QK9v4">https://youtu.be/At8ED7QK9v4</a>	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	17.11	СОГ 3(11-13лет)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	ОРУ .Бег 30м	<a href="https://youtu.be/5JRjydu1qiw">https://youtu.be/5JRjydu1qiw</a>	Не предусмотрено
Настольный теннис	Айтасов Р.Ж.	17.11.	СОГ (7-17 лет)	15.00-15.30	Онлайн подключение	Сдача контрольно-переводных нормативов	Подключиться к конференции Zoom <a href="https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh1QUt0MDQwQT09">https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh1QUt0MDQwQT09</a>	Не предусмотрено
Настольный теннис	Тананаев В. Н.	17.11.	СОГ (3-11 классы)	17:00-17:30	С использованием ЭОР	Ознакомление с техникой поворотов при ударах справа	Комплекс упражнений для развития гибкости <a href="https://youtu.be/_2NfOYpOKk4">https://youtu.be/_2NfOYpOKk4</a>	Не предусмотрено
<b>18 ноября 2021 г</b>								
волейбол	Кравченко С. А.	18.11.	СОГ	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Техника стоек и перемещений	<a href="https://youtu.be/wM8uyKq2efg">https://youtu.be/wM8uyKq2efg</a>	Не предусмотрено
волейбол	Качимова Л.Ф.	18.11.	СОГ (10-13 лет)	15:00-16:30	С использованием ЭОР	Подача мяча в указанную зону	Выполнить комплекс общеразвивающих упражнений. Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/Mqd7P">https://clck.ru/Mqd7P</a> Обратить внимание исходное положение и подброс мяча.	Не предусмотрено
волейбол	Качимова Л.Ф.	18.11.	СОГ (14-17 лет)	16:30-18:00	С использованием ЭОР	Нападающий удар. Прием	Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/MqfVs">https://clck.ru/MqfVs</a>	Не предусмотрено

						нападающего удара.	Обратите внимание на работу туловища и приземление. Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/MqarV">https://clck.ru/MqarV</a> Обратить на игровую стойку.	
волейбол	Устинов А. В.	18.11.	СОГ (14-17 лет)	17-30 -18-00	С использованием ЭОР	Нападающий удар. Прием нападающего удара.	Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/MqfVs">https://clck.ru/MqfVs</a> Обратите внимание на работу туловища и приземление. Посмотреть обучающее видео: <a href="https://clck.ru/MqarV">https://clck.ru/MqarV</a> Обратить на игровую стойку.	Не предусмотрено
волейбол	Сторожков А. С.	18.11.	СОГ 3	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Групповые действия в защите	<a href="https://youtu.be/n3vzPMFmnrU">https://youtu.be/n3vzPMFmnrU</a> Повторить подводящие упражнения	Не предусмотрено
волейбол	Гавриленко Л. А..	18.11.	СОГ (8-9 классы)	17:00-18:15	С использованием ЭОР	Прием мяча снизу	Повторить технику передачи мяча назад, за голову <a href="https://clck.ru/MqcmQ">https://clck.ru/MqcmQ</a> Индивидуальные упражнения <a href="https://yandex.ru/video/preview/?text=прямой%20нападающий%20удар%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1636718663564593-2745195851545520811-vla1-4403-vla-17-balancer-8080-BAL-9636&amp;wiz_type=vital&amp;filmId=1471551816926069198">https://yandex.ru/video/preview/?text=прямой%20нападающий%20удар%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1636718663564593-2745195851545520811-vla1-4403-vla-17-balancer-8080-BAL-9636&amp;wiz_type=vital&amp;filmId=1471551816926069198</a>	Не предусмотрено
волейбол	Хлопотова Н. Н.	18.11.	СОГ (10-13 лет)	15:40-16:10	С использованием ЭОР	Подача мяча	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=78YbppnFLJY">https://www.youtube.com/watch?v=78YbppnFLJY</a>	Не предусмотрено
Шахматы	Айтасов Р.Ж.	18.11.	СОГ (7-17 лет)	15.00-15.30	Онлайн подключение	Рейтинг-лист (1-й из 6 ч.)	Подключиться к конференции Zoom <a href="https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh1QUt0MDQwQT09">https://us05web.zoom.us/j/83273626715?pwd=Q05hdm1ZTXoxNGE0Qmh1QUt0MDQwQT09</a>	Не предусмотрено

Подвижные игры	Дашевская О.С.	18.11.	СОГ (1-4классы)	12:40-13:10	С использованием ЭОР	«Ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы»	«Ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы» <a href="https://vk.com/video142565069_456239178">https://vk.com/video142565069_456239178</a>	Не предусмотрено
Навстречу ГТО	Сторожков А. С.	18.11.	СОГ	15:30-16:00	С использованием ЭОР	Подтягивание из виса на высокой перекладине	Выполнить максимальное количество повторений <a href="https://youtu.be/b9xbPA04TX0">https://youtu.be/b9xbPA04TX0</a>	Не предусмотрено
Футбол	Попов А. В.	18.11.	СОГ 2	14.00-14.30	С использованием ЭОР	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперед. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08">https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08</a>	Не предусмотрено
Футбол	Попов А. В.	18.11.	СОГ 3	14.30-15.00	С использованием ЭОР	Совершенствование ведения мяча с обводкой стоек.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08">https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08</a>	Не предусмотрено
Футбол	Попов А. В.	18.11.	СОГ 4	15.00-15.30	С использованием ЭОР	Совершенствование ведения мяча с обводкой стоек.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08">https://www.youtube.com/watch?v=9O-bGLkzu08</a>	Не предусмотрено
Футбол	Попов А. В.	18.11.	СОГ 5	15.30-16.00	С использованием ЭОР	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=fP7rgs49mOQ">https://www.youtube.com/watch?v=fP7rgs49mOQ</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=A6DERpKfW4g">https://www.youtube.com/watch?v=A6DERpKfW4g</a>	Не предусмотрено

Футбол	Попов А. В.	18.11.	СОГ 6	16.00-16.30	С использованием ЭОР	Физподготовка . Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=fP7rgs49mOQ">https://www.youtube.com/watch?v=fP7rgs49mOQ</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=A6DERpKfW4g">https://www.youtube.com/watch?v=A6DERpKfW4g</a>	Не предусмотрено
Дзюдо	Скворцов Р. А.	18.11.	СОГ (7-11л)	15.30.16.00 (30м)	С использованием ЭОР	Практика: Разминка . Отработка бросок через бедро	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a>	Не предусмотрено
Лёгкая атлетика	Шевчун В. Н.	18.11.	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 <a href="https://clck.ru/NEjL7">https://clck.ru/NEjL7</a>	Посмотреть и выполнить  <a href="https://clck.ru/NEjL7">https://clck.ru/NEjL7</a>
Спортивная борьба. Грэплинг	Борзунов А. Е.	18.11.	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	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=пазминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a>  <a href="https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital</a>	Не предусмотрено

Спортивная борьба. Грэплинг	Борзунов А. Е.	18.11.	СОГ 2 (9-12 л)	18.30-19.00	С использованием ЭОР	Упражнения без предметов. Сгибание, разгибание, отведение, приведение, вращение рук, круговые упражнения, локтевые, плечевые, голеностопных, тазобедренных, наклоны туловища, повороты головы	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a> <a href="https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=Задняя%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital</a>	Не предусмотрено
<b>19 ноября 2021 г</b>								
Лёгкая атлетика	Бондаренко Е. В.	19.11.	СОГ (3-6 классы)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	Подвижные игры. Эстафета 4 по 100.	Упражнения на укрепление стопы и голени для бегунов <a href="https://clck.ru/NEjL7">https://clck.ru/NEjL7</a>	Посмотреть и выполнить <a href="https://clck.ru/NEjL7">https://clck.ru/NEjL7</a>
Лёгкая атлетика	Бондаренко Е. В.	19.11.	СОГ (7-11 классы)	16:00-16:30	С использованием ЭОР	Совершенствование техники стартового разгона и бега по дистанции с максимальной скоростью.	1. <a href="https://clck.ru/Mye4P">https://clck.ru/Mye4P</a> ОФП для бегунов	Посмотреть и выполнить <a href="https://clck.ru/Mye4P">https://clck.ru/Mye4P</a>
Лёгкая атлетика	Кравченко С. А.	19.11.	СОГ 2 (9-10 лет)	15:00-15:30	С использованием ЭОР	ОФП. Высокий старт	<a href="https://youtu.be/T4S3ftEH_sk">https://youtu.be/T4S3ftEH_sk</a>	Не предусмотрено
Спортивная борьба. Грэплинг	Борзунов А. Е.	19.11.	СОГ 3 (13-18 л)	18.10-18.40	С использованием ЭОР	Упражнения без предметов. Сгибание, разгибание, отведение,	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=позминка%20дзюдо&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1605511992075330-242033443368587534600109-production-app-host-sas-web-yp-114&amp;wiz_type=vital</a>	Не предусмотрено



						приведение, вращение рук, круговые упражнения, локтевые, плечевые, голеностопных, тазобедренных, наклоны туловища, повороты головы	<a href="https://yandex.ru/video/search?text=Задания%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital">https://yandex.ru/video/search?text=Задания%20подножка%20по%20выставленную%20ногу&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1607349932909097-9494087370002568118139-prestable-app-host-sas-web-yp-123&amp;wiz_type=vital</a>	
волейбол	Царёва М. В.	19.11.	СОГ (5-11 классы)	15:40-16:10	С использованием ЭОР	<a href="#">Прямой нападающий удар. Прием мяча снизу.</a>	Интернет – сайт <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1390/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1390/</a>	Не предусмотрено
волейбол	Хлопотова Н. Н.	19.11.	СОГ (10-13 лет)	15:40-16:10	С использованием ЭОР	СФП. Прямой нападающий удар.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=-Gdops23Bw">https://www.youtube.com/watch?v=-Gdops23Bw</a>	Не предусмотрено