

**Расписание занятий  
объединений дополнительного образования  
СП «ДЮСШ» ГБОУ СОШ №2 с. Приволжье  
с 07.12. по 12.12.2020г.**

День недели	Направление деятельности	Педагог	Время	Тема, краткий комментарий	Возрастная категория	Ресурс, комментарий	Форма обратной связи
7 декабря понедельник	Физкультурно-спортивная направленность ОФП с элементами «Волейбол»	Чубаркин Анатолий Валентинович	Не ограничено	Тема: Техника према снизу в волейболе	Не ограничено	Просмотреть видеоматериал, по возможности выполнить увиденное в домашних условиях. <a href="https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-voleybole">https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-voleybole</a>	Присылаем фото, оставляем комментарии. <a href="mailto:an.chubarkin@yandex.ru">an.chubarkin@yandex.ru</a>
7 декабря понедельник	Физкультурно-спортивная «Кудо»	Лих Валерий Иванович	Не ограничено	Тема: Защита от двойки, прямых ударов руками в голову	СОГ	Просмотреть видеоматериал. Имитационно отработать удары ногами у зеркала. На каждый удар выполнить три подхода по 25 повторений каждой ногой. Написать с какими трудностями столкнулись при выполнении упражнений. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=E5QJDPIaVgk">https://www.youtube.com/watch?v=E5QJDPIaVgk</a>	в ВК беседа «Кудо»

7 декабря понедельник	Физкультурно-спортивная «Баскетбол»	Антонова Наталья Геннадьевна	15.00 – 16.10 или любое другое, в будние дни после 14.00 до 20.00	Тема: Специальные беговые упражнения. Стойки игрока: перемещения в стойке приставным и шагами боком, лицом и спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть, сделать перекат на спине и др.)	СОГ	Посмотрите занятие по ссылке и выполните задания к нему: <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/</a>	Прислать фото или видео в группе «Апельсин» в одноклассниках  <a href="https://ok.ru/group/57569973895347">https://ok.ru/group/57569973895347</a>
7 декабря понедельник	Физкультурно-спортивная «Настольный теннис»	Кирсанова Жанна Георгиевна	Не ограничено	Тема: Видео ролик «Азиатские тренировки» -7.12.	Не ограничено	Просмотреть видеоматериал, по возможности выполнить увиденное в домашних условиях. <a href="https://yandex.ru/video/preview/?овки%20по%20настольному%20d=1589260130070649-tion-app-host-vla-web-yp-60144.1">https://yandex.ru/video/preview/?овки%20по%20настольному%20d=1589260130070649-tion-app-host-vla-web-yp-60144.1</a>	отправить СМС педагогу о проделанной работе т.89179471534 до 11.12

декабря понедельник	Физкультурно-спортивная «Футбол»	Лебедев Андрей Николаевич	Не ограничено	Тема: Остановка мяча подошвой	Не ограничено	Просмотреть видеоматериал <a href="https://youtu.be/D2g6Ox8HPM">https://youtu.be/D2g6Ox8HPM</a>	отправить СМС педагогу о проделанной работе т.89371830372 до 11.12
08 декабря вторник	Физкультурно-спортивная «Волейбол»	Лезина Нина Николаевна	Не ограничено	Тема: Приём мяча сверху, снизу двумя руками с падением – перекатом на спину.	СОГ	Просмотреть видеоматериал, по возможности выполнить увиденное в домашних условиях <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4962/start/80117/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4962/start/80117/</a>	Присылаем фото и комментарии по вайберу 89677606252
08 декабря вторник	Физкультурно-спортивная «Лыжные гонки»	Филев Сергей Петрович	Не ограничено	Тема «Тренировка лыжника»		Просмотреть видеоматериал <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3204/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3204/start/</a>	отправить СМС педагогу о проделанной работе 89277327974 До 11.12

08 декабря вторник	Физкультурно-спортивная «Футбол»	Ширяев Игорь Владиславович	Не ограничено	Тема: « 10 упражнений на пас»  Легкая атлетика 12.12 Тема  Бег на короткие и средние дистанции	Не ограничено	Просмотреть видеоматериал, по возможности выполнить увиденное в домашних условиях <a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=971480805116132604&amp;text=упражнения%20для%20футбола&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1589262105793473-1252444456419636625800299-production-app-host-sas-web-yp-135&amp;redircnt=1589262130.1">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=971480805116132604&amp;text=упражнения%20для%20футбола&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1589262105793473-1252444456419636625800299-production-app-host-sas-web-yp-135&amp;redircnt=1589262130.1</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=20&amp;v=zpl2Bflzj9g&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?time_continue=20&amp;v=zpl2Bflzj9g&amp;feature=emb_logo</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=5&amp;v=m86gzzwcPdI&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?time_continue=5&amp;v=m86gzzwcPdI&amp;feature=emb_logo</a>	отправить СМС педагогу о проделанной работе и выполненных занятиях  89376627106 До 11.12
08 декабря вторник	Физкультурно-спортивная «Футбол»	Лебедев Андрей Николаевич	Не ограничено	Тема: Остановка мяча бедром	Не ограничено	Просмотреть видеоматериал <a href="https://youtu.be/8UyPHj9l8p8">https://youtu.be/8UyPHj9l8p8</a>	отправить СМС педагогу о проделанной работе т.89371830372 до 11.12

09 декабря среда	Физкультурно-спортивная «Баскетбол»	Антонова Наталья Геннадьевна	15.00 – 16.30 или любое другое, в будние дни после 14.00 до 20.00	Командные спортивные игры. ОРУ. СУ. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Имитация передачи мяча на месте и после перемещения двумя руками;	8-10 лет	Посмотрите занятие по ссылкам и выполните задания к ним: <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/</a> и <a href="https://www.youtube.com/watch?v=J0-INeyNcS0">https://www.youtube.com/watch?v=J0-INeyNcS0</a>	Прислать фото или видео в группе «Апельсин» в одноклассниках <a href="https://ok.ru/group/57569973895347">https://ok.ru/group/57569973895347</a>
09 декабря среда	Физкультурно-спортивная «Настольный теннис»	Кирсанова Жанна Георгиевна	Не ограничено	Тема: Разминка в настольном теннисе	Не ограничено	Просмотреть видеоматериал, по возможности выполнить увиденное в домашних условиях. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=PLwGlnz-yZhEgz&amp;index=4">https://www.youtube.com/watch?v=PLwGlnz-yZhEgz&amp;index=4</a>	отправить СМС педагогу о проделанной работе т.89179471534 до 11.12

10 декабря четверг	Физкультурно-спортивная «Волейбол»	Лезина Нина Николаевна	Не ограничено	Тема: Приём мяча одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину.	СОГ	Просмотреть видеоматериал, по возможности выполнить увиденное в домашних условиях <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3745/start/170123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3745/start/170123/</a>	Присылаем фото и комментарии по вайберу 89677606252
10 декабря четверг	Физкультурно-спортивная «Лыжные гонки»	Филев Сергей Петрович	Не ограничено	Тема «Лыжная подготовка»	13-18 лет	Просмотреть видеоматериал <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3237/start">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3237/start</a>	отправить СМС педагогу о проделанной работе 89277327974 До 11.12
10 декабря четверг	Физкультурно-спортивная «легкая атлетика»	Ширяев Игорь Владиславович	Не ограничено	Тема: Легкая атлетика	Не ограничено	Просмотреть видеоматериал, по возможности выполнить увиденное в домашних условиях <a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=20&amp;v=zpl2Bflzj9g&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?time_continue=20&amp;v=zpl2Bflzj9g&amp;feature=emb_logo</a>	отправить СМС педагогу о проделанной работе и выполненных занятиях  89376627106 До 11.12

<b>11 декабря пятница</b>	<b>Физкультурно- спортивная «Настольный теннис</b>	<b>Кирсанова Жанна Георгиевна</b>	Не ограниче но	<b>Тема: Тренировка в домашних условиях</b>	Не ограничено	Просмотреть видеоматериал, по возможности выполнить увиденное в домашних условиях.  <a href="https://online.pspu.ru/pingpong">https://online.pspu.ru/pingpong</a>	<b>отправить СМС педагогу о проделанной работе т.89179471534 до 11.12</b>
-------------------------------	--	---	----------------------	---	------------------	--	---