

**Расписание занятий для дистанционного обучения СП ГБОУ СОШ № 3 г.о. Октябрьск «ДЮСШ»**

Дата	Тренер-преподаватель	Вид спорта	Группа	Время проведения занятия	Тема занятия	Используемый ресурс для изучения материала	Используемый ресурс для выполнения домашнего задания	Комментарий к занятию	Интернет-платформа педагога для консультаций
15.04.2020	Романова О.С.	Лёгкая атлетика	1	15.30-17.00	Развивающие упражнения	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5448875093902808451&amp;parent-reqid=158649926279709">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5448875093902808451&amp;parent-reqid=158649926279709</a> 1- <a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=592759237430338477100288-prestable-app-host-sas-web-yp-133&amp;path=wizard&amp;text=легкоатлетические+упр-ажнения+для+детей">592759237430338477100288-prestable-app-host-sas-web-yp-133&amp;path=wizard&amp;text=легкоатлетические+упр-ажнения+для+детей</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5448875093902808451&amp;parent-reqid=158649926279709">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5448875093902808451&amp;parent-reqid=158649926279709</a> 1- <a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=592759237430338477100288-prestable-app-host-sas-web-yp-133&amp;path=wizard&amp;text=легкоатлетические+упр-ажнения+для+детей">592759237430338477100288-prestable-app-host-sas-web-yp-133&amp;path=wizard&amp;text=легкоатлетические+упр-ажнения+для+детей</a>	Выполнять в соответствии с видеоматериалом	Viber
15.04.2020	Сибирцев В.В.	Футбол	1	14.20-15.50	Тренировка скорости и скоростной выносливости	<a href="http://footballgas.blogspot.com/2016/08/blog-post.html">http://footballgas.blogspot.com/2016/08/blog-post.html</a>	<a href="http://footballgas.blogspot.com/2016/08/blog-post.html">http://footballgas.blogspot.com/2016/08/blog-post.html</a>	Выполнять в соответствии с материалом	Эл.почта
			2	16.00-17.30	Остановка футбольного мяча ногой	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9066617544283297818&amp;parent-reqid=158650131186487">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9066617544283297818&amp;parent-reqid=158650131186487</a> 2- <a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1736217203779044961500154-production-app-host-man-web-yp-144&amp;path=wizard&amp;text=остановка+футбольного+мяча+ногой">1736217203779044961500154-production-app-host-man-web-yp-144&amp;path=wizard&amp;text=остановка+футбольного+мяча+ногой</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9066617544283297818&amp;parent-reqid=158650131186487">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9066617544283297818&amp;parent-reqid=158650131186487</a> 2- <a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1736217203779044961500154-production-app-host-man-web-yp-144&amp;path=wizard&amp;text=остановка+футбольного+мяча+ногой">1736217203779044961500154-production-app-host-man-web-yp-144&amp;path=wizard&amp;text=остановка+футбольного+мяча+ногой</a>	Выполнять по 10-15 минут в 3 подхода	

15.04.2020	Пономаренко А.В.	Дзюдо	1	15.00-15.45	Технические разделы в Дзюдо	<a href="https://yandex.ru/turbo?text=https%3A%2F%2Futknow.ru%2Fbodyfitness%2F9041-osobnosti-domashnih-trenirovok-dzyudo.html">https://yandex.ru/turbo?text=https%3A%2F%2Futknow.ru%2Fbodyfitness%2F9041-osobnosti-domashnih-trenirovok-dzyudo.html</a>	<a href="https://yandex.ru/turbo?text=https%3A%2F%2Futknow.ru%2Fbodyfitness%2F9041-osobnosti-domashnih-trenirovok-dzyudo.html">https://yandex.ru/turbo?text=https%3A%2F%2Futknow.ru%2Fbodyfitness%2F9041-osobnosti-domashnih-trenirovok-dzyudo.html</a>	Выучить 3 технических раздела	Viber
			2	15.45-16.30	Упражнение для укрепления кистей рук	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13856930082453376920&amp;reqid=1586502076438754-633699034577264789303468-vla1-1527-V&amp;text=упражнения+для+укрепления+дзюдо+детям">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13856930082453376920&amp;reqid=1586502076438754-633699034577264789303468-vla1-1527-V&amp;text=упражнения+для+укрепления+дзюдо+детям</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13856930082453376920&amp;reqid=1586502076438754-633699034577264789303468-vla1-1527-V&amp;text=упражнения+для+укрепления+дзюдо+детям">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13856930082453376920&amp;reqid=1586502076438754-633699034577264789303468-vla1-1527-V&amp;text=упражнения+для+укрепления+дзюдо+детям</a>	Выполнять 3 подхода по 10 секунд	
			3	16.30-17.15	Зацеп изнутри, нюансы приема	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14296800406313687341&amp;reqid=1586502076438754-633699034577264789303468-vla1-1527-V&amp;text=упражнения+для+укрепления+дзюдо+детям">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14296800406313687341&amp;reqid=1586502076438754-633699034577264789303468-vla1-1527-V&amp;text=упражнения+для+укрепления+дзюдо+детям</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14296800406313687341&amp;reqid=1586502076438754-633699034577264789303468-vla1-1527-V&amp;text=упражнения+для+укрепления+дзюдо+детям">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14296800406313687341&amp;reqid=1586502076438754-633699034577264789303468-vla1-1527-V&amp;text=упражнения+для+укрепления+дзюдо+детям</a>	Просмотр обучающего видео	
15.04.2020	Лукьянов С.П.	Волейбол	1	16.00-17.30	Нижняя передача мяча	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1025408025370907099&amp;text=упражнения%20для%20совершенствования%20нижней%20передачи%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1586502553701626-762116485979872206800236-production-app-host-vla-web-yp-">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1025408025370907099&amp;text=упражнения%20для%20совершенствования%20нижней%20передачи%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1586502553701626-762116485979872206800236-production-app-host-vla-web-yp-</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1025408025370907099&amp;text=упражнения%20для%20совершенствования%20нижней%20передачи%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1586502553701626-762116485979872206800236-production-app-host-vla-web-yp-">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1025408025370907099&amp;text=упражнения%20для%20совершенствования%20нижней%20передачи%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1586502553701626-762116485979872206800236-production-app-host-vla-web-yp-</a>	Выполнять в соответствии с видеоматериалом по 10 минут в 3 подхода	Whatsapp

			2	17.40-19.10	Подводящие упражнения к верхней передаче мяча	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9836141212173121508&amp;text=упражнения%20для%20совершенствования%20нижней%20передачи%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=158650255370162">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9836141212173121508&amp;text=упражнения%20для%20совершенствования%20нижней%20передачи%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=158650255370162</a> 6-762116485979872206800236-production-app-host-vla-web-yp-262&redircnt=1586502732.1	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9836141212173121508&amp;text=упражнения%20для%20совершенствования%20нижней%20передачи%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=158650255370162">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=9836141212173121508&amp;text=упражнения%20для%20совершенствования%20нижней%20передачи%20в%20волейболе&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=158650255370162</a> 6-762116485979872206800236-production-app-host-vla-web-yp-262&redircnt=1586502732.1	Выполнять по 15 минут в 2 подхода	
15.04.2020	Файзуллин Ф.Р.	Баскетбол	5	15.00-16.30	Упражнения «Чувствовать мяч»	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11554823125653793055&amp;text=баскетбол+для+детей+в+домашних+условиях">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11554823125653793055&amp;text=баскетбол+для+детей+в+домашних+условиях</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11554823125653793055&amp;text=баскетбол+для+детей+в+домашних+условиях">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11554823125653793055&amp;text=баскетбол+для+детей+в+домашних+условиях</a>	Выполнять по 10 минут 3 подхода	Viber
			6	18.00-19.30	Обучающее видео по баскетболу	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16086319996956008916&amp;text=баскетбол+для+детей+в+домашних+условиях">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16086319996956008916&amp;text=баскетбол+для+детей+в+домашних+условиях</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16086319996956008916&amp;text=баскетбол+для+детей+в+домашних+условиях">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16086319996956008916&amp;text=баскетбол+для+детей+в+домашних+условиях</a>	Просмотр обучающего видео	
15.04.2020	Дормидонтов В.А.	Баскетбол	1	15.00-16.30	Разновидности и передачи в баскетболе	<a href="https://www.ballgames.ru/баскетбол/секция_баскетбола/передачи_в_баскетболе/">https://www.ballgames.ru/баскетбол/секция_баскетбола/передачи_в_баскетболе/</a>	<a href="https://www.ballgames.ru/баскетбол/секция_баскетбола/передачи_в_баскетболе/">https://www.ballgames.ru/баскетбол/секция_баскетбола/передачи_в_баскетболе/</a>	Ознакомиться с материалом	Viber
			2	16.40-18.10	Упражнения по технике ловли мяча	<a href="https://infourok.ru/metodika-obucheniya-peredacham-myacha-v-basketbole-475269.html">https://infourok.ru/metodika-obucheniya-peredacham-myacha-v-basketbole-475269.html</a>	<a href="https://infourok.ru/metodika-obucheniya-peredacham-myacha-v-basketbole-475269.html">https://infourok.ru/metodika-obucheniya-peredacham-myacha-v-basketbole-475269.html</a>	Выполнять по 20 раз в 2 подхода	

15.04.2020	Зиновьев Ю.А.	Волейбол	1	16.00-17.30	Техника блокирования . Обучающее видео	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1074663833174002420&amp;parent-reqid=158650327301661">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1074663833174002420&amp;parent-reqid=158650327301661</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1074663833174002420&amp;parent-reqid=158650327301661">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1074663833174002420&amp;parent-reqid=158650327301661</a>	Просмотр видеоролика	Viber
			2	17.40-19.10	Техника блокирования в волейболе	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=18007844479647819915&amp;path=wizard&amp;text=техника+блокирования+в+волейболе+упражнения">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=18007844479647819915&amp;path=wizard&amp;text=техника+блокирования+в+волейболе+упражнения</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=18007844479647819915&amp;path=wizard&amp;text=техника+блокирования+в+волейболе+упражнения">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=18007844479647819915&amp;path=wizard&amp;text=техника+блокирования+в+волейболе+упражнения</a>	Повторять по 20 раз в 3 подхода	
15.04.2020	Березин С.Е.	Футбол	1	15.00-16.30	Упражнения на контроль мяча	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11275164077601801319&amp;reqid=1586499520389935-1235244260106671874803035-man2-5791-V&amp;suggest_reqid=346085394158582861995199484032452&amp;text=упражнения+на+контроль+мяча+в+футболе">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11275164077601801319&amp;reqid=1586499520389935-1235244260106671874803035-man2-5791-V&amp;suggest_reqid=346085394158582861995199484032452&amp;text=упражнения+на+контроль+мяча+в+футболе</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11275164077601801319&amp;reqid=1586499520389935-1235244260106671874803035-man2-5791-V&amp;suggest_reqid=346085394158582861995199484032452&amp;text=упражнения+на+контроль+мяча+в+футболе">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11275164077601801319&amp;reqid=1586499520389935-1235244260106671874803035-man2-5791-V&amp;suggest_reqid=346085394158582861995199484032452&amp;text=упражнения+на+контроль+мяча+в+футболе</a>	Выполнять в соответствии с видеоматериалом по 15 минут	Whatsapp
			2	16.40-18.10	Упражнения для юных футболистов	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11779112875965085296&amp;reqid=1586243922099417-1491300413703568924800177-sas1-6052-V&amp;text=занятия+офп+">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11779112875965085296&amp;reqid=1586243922099417-1491300413703568924800177-sas1-6052-V&amp;text=занятия+офп+</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11779112875965085296&amp;reqid=1586243922099417-1491300413703568924800177-sas1-6052-V&amp;text=занятия+офп+">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11779112875965085296&amp;reqid=1586243922099417-1491300413703568924800177-sas1-6052-V&amp;text=занятия+офп+</a>	Выполнять комплекс упражнений по 2 подхода	

						<a href="#">футбол+детям+в+дома шних+условиях</a>	<a href="#">футбол+детям+в+дома шних+условиях</a>		
15.04.2020	Бендюк С.В.	Футбол	1	16.30-18.00	Упражнения на ПАС	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=971480805116132604&amp;parent-reqid=1586503642512677-1343843036873547344200280-prestable-app-host-sas-web-yp-188&amp;path=wizard&amp;text=упражнения+на+точность+в+футболе+для+детей">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=971480805116132604&amp;parent-reqid=1586503642512677-1343843036873547344200280-prestable-app-host-sas-web-yp-188&amp;path=wizard&amp;text=упражнения+на+точность+в+футболе+для+детей</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=971480805116132604&amp;parent-reqid=1586503642512677-1343843036873547344200280-prestable-app-host-sas-web-yp-188&amp;path=wizard&amp;text=упражнения+на+точность+в+футболе+для+детей">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=971480805116132604&amp;parent-reqid=1586503642512677-1343843036873547344200280-prestable-app-host-sas-web-yp-188&amp;path=wizard&amp;text=упражнения+на+точность+в+футболе+для+детей</a>	Выполнять в соответствии с видеоматериалом	Viber
			2	18.10-19.40	Обыгрыш и отбор мяча	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8011569533506463478&amp;path=wizard&amp;text=упражнения+на+точность+в+футболе+для+детей">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8011569533506463478&amp;path=wizard&amp;text=упражнения+на+точность+в+футболе+для+детей</a>	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8011569533506463478&amp;path=wizard&amp;text=упражнения+на+точность+в+футболе+для+детей">https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8011569533506463478&amp;path=wizard&amp;text=упражнения+на+точность+в+футболе+для+детей</a>	Выполнять в соответствии с видеоматериалом	