

Расписание занятий для дистанционного обучения СП ДТДиМ ГБОУ СОШ №14 г.о. Сызрань на 17.12.2020г.

Ф.И.О. педагога	Объединение	Группа	Время занятий	Тема занятия	Ресурс для изучения материала	Примечание
Агаев Ровшан Назим Оглы	Кикбоксинг	1Д	10.00-10.30 10.40-11.10	Обучение приемам защиты на месте Упражнения для укрепления шеи, кистей, спины, пресса.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1361946318543394410&reqid=1586774570859802-308428383968027609003175-sas1-8546-V&text=%D0%9E%D0%B1%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5+%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%B5%D0%BC%D0%B0%D0%BC+%D0%B7%D0%B0%D1%89%D0%B8%D1%82%D1%8B+%D0%BD%D0%B0+%D0%BC%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B5+%D0%B2+%D0%BA%D0%B8%D0%BA%D0%B1%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5 https://yandex.ru/video/preview/?filmId=3652056385447375646&text=%D0%A3%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B5%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D1%88%D0%B5%D0%B8%2C+%D0%BA%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%B9%2C+%D1%81%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D1%8B%2C+%D0%BF%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B0+%D0%B2+%D0%BA%D0%B8%D0%BA%D0%B1	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»

					D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5 https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1361946318543394410&reqid=1586774570859802-308428383968027609003175-sas1-8546- V&text=%D0%9E%D0%B1%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5+%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%B5%D0%BC%D0%B0%D0%BC+%D0%B7%D0%B0%D1%89%D0%B8%D1%82%D1%8B+%D0%BD%D0%B0+%D0%BC%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B5+%D0%B2+%D0%BA%D0%B8%D0%BA%D0%B1%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5 https://yandex.ru/video/preview/?filmId=3652056385447375646&text=%D0%A3%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B5%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D1%88%D0%B5%D0%B8%2C+%D0%BA%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%B9%2C+%D1%81%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D1%8B%2C+%D0%BF%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B0+%D0%B2+%D0%BA%D0%B8%D0%BA%D0%B1%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5	
		1Б	11.20-11.50 12.00-12.30	<p>Обучение приемам защиты на месте</p> <p>Упражнения для укрепления шеи, кистей, спины, пресса.</p>	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1361946318543394410&reqid=1586774570859802-308428383968027609003175-sas1-8546- V&text=%D0%9E%D0%B1%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5+%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%B5%D0%BC%D0%B0%D0%BC+%D0%B7%D0%B0%D1%89%D0%B8%D1%82%D1%8B+%D0%BD%D0%B0+%D0%BC%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B5+%D0%B2+%D0%BA%D0%B8%D0%BA%D0%B1%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5 https://yandex.ru/video/preview/?filmId=3652056385447375646&text=%D0%A3%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B5%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D1%88%D0%B5%D0%B8%2C+%D0%BA%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%B9%2C+%D1%81%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D1%8B%2C+%D0%BF%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B0+%D0%B2+%D0%BA%D0%B8%D0%BA%D0%B1%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>

		1Б2	11.20-11.50 12.00-12.30	<p>Обучение приемам защиты на месте</p> <p>Упражнения для укрепления шеи, кистей, спины, пресса.</p>	<p>https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1361946318543394410&reqid=1586774570859802-308428383968027609003175-sas1-8546-V&text=%D0%9E%D0%B1%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5+%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%B5%D0%BC%D0%B0%D0%BC+%D0%B7%D0%B0%D1%89%D0%B8%D1%82%D1%8B+%D0%BD%D0%B0+%D0%BC%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B5+%D0%B2+%D0%BA%D0%B8%D0%BA%D0%B1%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5</p> <p>https://yandex.ru/video/preview/?filmId=3652056385447375646&text=%D0%A3%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D1%83%D0%BA%D1%80%D0%B5%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D1%88%D0%B5%D0%B8%2C+%D0%BA%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%B9%2C+%D1%81%D0%BF%D0%B8%D0%BD%D1%8B%2C+%D0%BF%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B0+%D0%B2+%D0%BA%D0%B8%D0%BA%D0%B1%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5</p>	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
--	--	-----	----------------------------	--	---	--

	Тяжелая атлетика	1В2	12.40-13.10 13.20-13.50	Толчок штанги. Техника. Взятие штанги на грудь. Толчок штанги от груди.	https://www.youtube.com/watch?v=bQWiyEX9evI https://www.youtube.com/watch?v=BuYvTItV1iY	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; Бег на месте - 1-2 минуты
Бочкарева Мария Павловна	Аэробика	1Б	10.00-10.30 10.40-11.10	Изменения в правилах соревнований по фитнес – аэробике ФИСАФ.	https://legalacts.ru/doc/pravila-vida-sporta-fitness-aerobika-utv-prikazom-minsporta-rossii-ot_2/	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в вайбер

				Упражнения у опоры, упражнения на середине, прыжковая подготовка, танцевальные элементы в аэробике	http://fitmania.by/exercises/po-naprazleniam/aerobika.html	
Гришина Инна Анатольевна	Спортивный туризм	1А	10.00-10.30	Совершенствование навыков работы со специальным снаряжением Тренировка по общей физической подготовке	https://www.youtube.com/watch?v=1LGJ71Gifgg https://vk.com/doc92351299_542877586?hash=39ca5daeee16fec9fa&dl=eb4813ded08e31eed8	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз;
		1Б	10.40-11.10	Совершенствование навыков работы со специальным снаряжением Тренировка по общей физической подготовке	https://www.youtube.com/watch?v=1LGJ71Gifgg https://vk.com/doc92351299_542877586?hash=39ca5daeee16fec9fa&dl=eb4813ded08e31eed8	
		1В	11.20-11.50	Совершенствование навыков работы со специальным снаряжением Тренировка по общей физической подготовке	https://www.youtube.com/watch?v=1LGJ71Gifgg https://vk.com/doc92351299_542877586?hash=39ca5daeee16fec9fa&dl=eb4813ded08e31eed8	
		1Г	12.00-12.30	Совершенствование навыков работы со специальным снаряжением Тренировка по общей физической подготовке	https://www.youtube.com/watch?v=1LGJ71Gifgg https://vk.com/doc92351299_542877586?hash=39ca5daeee16fec9fa&dl=eb4813ded08e31eed8	

						13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; Бег на месте - 1-2 минуты
Губарев Максим Александрович	Хоккей с шайбой	1А	10.00-10.30	Упражнения для развития силы.	https://bookcamp.ru/hockey/razvitie-silovyh-kachestv	
		1Г	10.40-11.10 11.20-11.50	Упражнения для развития силы.	https://bookcamp.ru/hockey/razvitie-silovyh-kachestv	
				Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A3%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%8F%20%D1%81%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BD%D0%BE-%D1%81%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D1%85%20%D0%BA%D0%B0%D1%87%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%20%D0%B2%20%D1%85%D0%BE%D0%BA%D0%BA%D0%B5%D0%B5&path=wizard	
1Д	12.00-12.30	Упражнения для развития силы.	https://bookcamp.ru/hockey/razvitie-silovyh-kachestv	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов;		

						<p>5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз;</p> <p>6. Наклон туловища вперед -16-20 раз;</p> <p>7. Повороты корпуса - 6-8 повторений;</p> <p>8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз;</p> <p>9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений;</p> <p>10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений;</p> <p>11. Наклоны вперед - 5-7 повторений;</p> <p>12. Махи ногами - 16 раз;</p> <p>13. Приседания на двух ногах - 20 раз;</p> <p>14. Отжимания - 20 раз;</p> <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
Жуков Алексей Владимирович	Шахматы ВК	1Г	10.00-10.30 10.40-11.10	Устранение защиты Решаем шахматные комбинации	https://vk.com/id515546192 https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A0%D0%B5%D1%88%D0%B0%D0%B5%D0%BC%20%D1%88%D0%B0%D1%85%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B1%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8&path=wizard	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»
		1Д	11.20-11.50 12.00-12.30	Устранение защиты Решаем шахматные комбинации	https://vk.com/id515546192 https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A0%D0%B5%D1%88%D0%B0%D0%B5%D0%BC%20%D1%88%D0%B0%D1%85%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B1%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8&path=wizard	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»

					%D0%BC%D0%B1%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8&path=wizard	
		1В	12.40-13.10 13.20-13.50	Устранение защиты Решаем шахматные комбинации	https://vk.com/id515546192 https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A0%D0%B5%D1%88%D0%B0%D0%B5%D0%BC%20%D1%88%D0%B0%D1%85%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B1%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8&path=wizard	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»
		1Е	14.00-14.30 14.40-15.10	Устранение защиты Решаем шахматные комбинации	https://vk.com/id515546192 https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A0%D0%B5%D1%88%D0%B0%D0%B5%D0%BC%20%D1%88%D0%B0%D1%85%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B1%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8&path=wizard	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»
Зайцева Наталья Георгиевна	Дзюдо	1Б	10.00-10.30 10.40-11.10	Одежда дзюдоиста Падение на бок из положения сидя в прыжке	https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/ https://vipv.ru/borba-sambo/uroki-sambo-urok-2-samostrakhovka-pri-padenii-na-bok	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»
		1В	11.20-11.50 12.00-12.30	Одежда дзюдоиста Падение на бок из положения сидя в прыжке	https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/ https://vipv.ru/borba-sambo/uroki-sambo-urok-2-samostrakhovka-pri-padenii-na-bok	
		1Г	12.40-13.10	Одежда дзюдоиста	https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/	

	Самбо	1Б	13.20-13.50	Выведение из равновесия. Передвижения.	https://zinref.ru/000_uchebniki/0500_0sport/001_SPORTIVNAYa_BORB_A_Galkovskogo_1968/083.htm	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
Ковальчук Виталий Николаевич	Футбол	1Г	10.00-10.30 10.40-11.10	Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма.	https://www.dokaball.com/trenirovki/1/programma-podgotovki/544-udary-po-	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»

				Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	https://www.dokaball.com/trenirovki/1/teh-podgotovka/530-tekhnika-futbola-peredvizheniya-v-futbole	
		1Е	11.20-11.50 12.00-12.30	Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	https://www.dokaball.com/trenirovki/1/programma-podgotovki/544-udary-po- https://www.dokaball.com/trenirovki/1/teh-podgotovka/530-tekhnika-futbola-peredvizheniya-v-futbole	
Михайлов Владимир Михайлович	Игровые виды спорта	1Г	10.00-10.30 10.40-11.10	Стойки, перемещения волейболиста. Подводящие упражнения для приема сверху и снизу в парах.	http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений;

						<p>10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений;</p> <p>11. Наклоны вперед - 5-7 повторений;</p> <p>12. Махи ногами - 16 раз;</p> <p>13. Приседания на двух ногах - 20 раз;</p> <p>14. Отжимания - 20 раз;</p> <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
		1Д	11.20-11.50 12.00-12.30	<p>Стойки, перемещения волейболиста.</p> <p>Подводящие упражнения для приема сверху и снизу в парах.</p>	<p>http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php</p> <p>http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php</p>	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений;

						<p>12. Махи ногами - 16 раз;</p> <p>13. Приседания на двух ногах - 20 раз;</p> <p>14. Отжимания - 20 раз;</p> <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
		1E	12.40-13.10 13.20-13.50	<p>Стойки, перемещения волейболиста.</p> <p>Подводящие упражнения для приема сверху и снизу в парах.</p>	<p>http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php</p> <p>http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php</p>	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>

Рыбакин Валерий Константинович	Дзю-до	1А4	10.00-10.30 10.40-11.10	Одежда дзюдоиста	https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/	
				Падение на бок из положения сидя в прыжке	https://vipv.ru/borba-sambo/uroki-sambo-urok-2-samostrakhovka-pri-padenii-na-bok	
		1Б4	11.20-11.50	Одежда дзюдоиста	https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>

		1В4	12.00-12.30	Одежда дзюдоиста Падение на бок из положения сидя в прыжке	https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/ https://vipv.ru/borba-sambo/uroki-sambo-urok-2-samostrakhovka-pri-padenii-na-bok	
		1Г4	12.40-13.10 13.20-13.50	Одежда дзюдоиста Падение на бок из положения сидя в прыжке	https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/ https://vipv.ru/borba-sambo/uroki-sambo-urok-2-samostrakhovka-pri-padenii-na-bok	
Романов Вячеслав Борисович	Хоккей с мячом	1А	10.00-10.30 10.40-11.10	Основы техники и тактики игры в хоккей с мячом Строевые и порядковые упражнения	http://www.offsport.ru/hockey/bandy/taktika%20igry.shtml https://leksi.org/6-43157.html	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений;

						<p>12. Махи ногами - 16 раз;</p> <p>13. Приседания на двух ногах - 20 раз;</p> <p>14. Отжимания - 20 раз;</p> <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
		1Б	11.20-11.50	Основы техники и тактики игры в хоккее с мячом	http://www.offsport.ru/hockey/bandy/taktika%20igry.shtml	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>

		1Д	12.00-12.30 12.40-13.10	<p>Основы техники и тактики игры в хоккее с мячом</p> <p>Строевые и порядковые упражнения</p>	<p>http://www.offsport.ru/hockey/bandy/taktika%20igry.shtml</p> <p>https://lektsii.org/6-43157.html</p>	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
		1Г	13.20-13.50	<p>Основы техники и тактики игры в хоккее с мячом</p>	<p>http://www.offsport.ru/hockey/bandy/taktika%20igry.shtml</p>	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений;

						<ol style="list-style-type: none"> 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
Сатинов Дмитрий Вячеславович	Каратэ-до Шотокан	1А	10.00-10.30	Совершенствование санбон кумитэ	http://shotokan4you.com/sanbon-kumite/	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»
		1Б	10.40-11.10 11.20-11.50	Совершенствование санбон кумитэ Совершенствование ката Хейан Нидан	http://shotokan4you.com/sanbon-kumite/ http://dzanshin.com/kata_shotokan_karate/heian-nidan/	

		1Е	12.00-12.30 12.40-13.10	Совершенствование санбон кумитэ Совершенствование ката Хейан Нидан	http://shotokan4you.com/sanbon-kumite/ http://dzanshin.com/kata_shotokan_karate/heian-nidan/	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; Бег на месте - 1-2 минуты
		1Ж	13.20-13.50 14.00-14.30	Совершенствование санбон кумитэ Совершенствование ката Хейан Нидан	http://shotokan4you.com/sanbon-kumite/	

					http://dzanshin.com/kata_shotokan_karate/heian-nidan/	
Гапуло Екатерина Александровна	Тхэквондо	1Д	10.00-10.30 10.40-11.10	НЭРЕ ЧАГИ –удар ногой вниз. Разминка. ДОЛЛЕ ЧАГИ - удар ногой по окружности	https://yandex.ru/video/search?text=НЭРЕ%20ЧАГИ%20-удар%20ногой%20вниз. https://yandex.ru/video/search?text=ДОЛЛЕ+ЧАГИ+-удар+ногой+по+окружности%3B±	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте».
		1В	11.20-11.50 12.00-12.30	НЭРЕ ЧАГИ –удар ногой вниз. Разминка. ДОЛЛЕ ЧАГИ - удар ногой по окружности	https://yandex.ru/video/search?text=НЭРЕ%20ЧАГИ%20-удар%20ногой%20вниз. https://yandex.ru/video/search?text=ДОЛЛЕ+ЧАГИ+-удар+ногой+по+окружности%3B±	
Локтева Ирина Александровна	Игровые виды спорта ОФП	1Б10	10.00-10.30 10.40-11.10	Развитие скоростных способностей Совершенствование навыков бега	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз;

						<p>7. Повороты корпуса - 6-8 повторений;</p> <p>8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз;</p> <p>9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений;</p> <p>10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений;</p> <p>11. Наклоны вперед - 5-7 повторений;</p> <p>12. Махи ногами - 16 раз;</p> <p>13. Приседания на двух ногах - 20 раз;</p> <p>14. Отжимания - 20 раз;</p> <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
Шайхелисламов Эдуард Дамирович	Хоккей с шайбой	1А2	10.00-10.30 10.40-11.10	<p>Упражнения для развития силы.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.</p>	<p>https://bookcamp.ru/hockey/razvitiye-silovyh-kachestv</p> <p>https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A3%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%8F%20%D1%81%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BD%D0%BE-%D1%81%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D1%85%20%D0%BA%D0%B0%D1%87%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%20%D0%B2%20%D1%85%D0%BE%D0%BA%D0%BA%D0%B5%D0%B5&path=wizard</p>	
		1Д2	11.20.11.50	Упражнения для развития силы.	https://bookcamp.ru/hockey/razvitiye-silovyh-kachestv	Гимнастика на все группы мышц:

						<ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
		1E2	12.00-12.30	Упражнения для развития силы.	https://bookcamp.ru/hockey/razvitiye-silovyh-kachestv	
Елистратов Сергей Сергеевич	Игровые виды спорта	1A2	10.00-10.30 10.40-11.10	Техника передачи одной рукой от плеча	http://www.offsport.ru/basketball/dlya-detey/peredacha-1.shtml	Гимнастика на все группы мышц:

				<p>Передача двумя руками над головой</p> <p>https://www.ballgames.ru/%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB/%D1%81%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F.%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B0/%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D1%87%D0%B8.%D0%B2.%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5/</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>	
		1Б2	11.20-11.50 12.00-12.30	<p>Техника передачи одной рукой от плеча</p> <p>Передача двумя руками над головой</p>	<p>http://www.offsport.ru/basketball/dlya-detey/peredacha-1.shtml</p> <p>https://www.ballgames.ru/%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB/%D1%81%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F.%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B0/%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D1%87%D0%B8.%D0%B2.%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5/</p>	

					BA%D1%86%D0%B8%D1%8F %D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B0/%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D1%87%D0%B8 %D0%B2 %D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5 /	
Корчажкин Александр Николаевич	Лыжные гонки	1А2	10.00-10.30	Лыжный инвентарь, мази, одежда и обувь.	https://multiurok.ru/index.php/files/invientar-i-ekipirovka-dlia-zaniatii-lyzhnymi-ghon.html	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз;

						<p>13. Приседания на двух ногах - 20 раз;</p> <p>14. Отжимания - 20 раз;</p> <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>
		1Б2	10.40-11.10 11.20-11.50	<p>Лыжный инвентарь, мази, одежда и обувь.</p> <p>Правила обращения с лыжами и лыжными палками на занятии.</p> <p>Транспортировка лыжного инвентаря.</p> <p>Правила ухода за лыжами и их хранение.</p> <p>Индивидуальный выбор лыжного снаряжения</p>	<p>https://multiurok.ru/index.php/files/invientar-i-ekipirovka-dlia-zaniatii-lyzhnymi-ghon.html</p> <p>https://poisk-ru.ru/s51981t9.html</p>	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; <p>Бег на месте - 1-2 минуты</p>

Патрикеев Александр Владимирович	Игровые виды спорта	1А5	10.00-10.30 10.40-11.10	Стойки, перемещения волейболиста. Подводящие упражнения для приема сверху и снизу в парах.	http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в вайбер.
Фомин Владимир Анатольевич	ПожПрик Спорт	1А2	10.00-10.30	Штурмование учебной башни в пожарно – прикладном спорте	https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A8%D1%82%D1%83%D1%80%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B1%D0%B0%D1%88%D0%BD%D0%B8%20%D0%B2%20%D0%BF%D0%BE%D0%B6%D0%B0%D1%80%D0%BD%D0%BE%20%E2%80%93%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D0%BC%20%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B5&path=wizard	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте» .
		1Б2	10.40-11.10 11.20-11.50	Штурмование учебной башни в пожарно – прикладном спорте Эстафета в пожарно – прикладном спорте	https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A8%D1%82%D1%83%D1%80%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%B1%D0%B0%D1%88%D0%BD%D0%B8%20%D0%B2%20%D0%BF%D0%BE%D0%B6%D0%B0%D1%80%D0%BD%D0%BE%20%E2%80%93%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D0%BC%20%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B5&path=wizard	

					https://yandex.ru/video/search?text=%D0%AD%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%84%D0%B5%D1%82%D0%B0%20%D0%B2%20%D0%BE%D0%B6%D0%B0%D1%80%D0%BD%D0%BE%20E2%80%93%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D0%BC%20%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B5&path=wizard	
Щипитков Павел Александрович	ИВС	1А7	10.00-10.30	Стойки, перемещения волейболиста.	http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону; 4. Разминка кистей -10-15 оборотов; 5. Упражнение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Повороты корпуса - 6-8 повторений; 8. «Скручивание» туловища - 16-20 раз; 9. Круговые вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений;
		1Б7	10.40-11.10 11.20-11.50	Стойки, перемещения волейболиста. Подводящие упражнения для приема сверху и снизу в парах.	http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php http://www.school61.ru/teachers/docs/fizkultura/voleibol.php	

						11. Наклоны вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; Бег на месте - 1-2 минуты
Владька Валерий Юрьевич	Настольный теннис	1А3	10.00-10.30 10.40-11.10	Мини тренировка - И М И Т А Ц И Я – ПОЗЫ Упражнения на перемещения	http://rupinpong.ru/viewtopic.php?id=602 https://yandex.ru/video/preview/?filmId=18127573567381073046&text=2019%20Star%20Elite%20Team%20Building%20Camp&text=elite%20&path=wizard&parent-reqid=1586849489738312-723086087383469471100210-production-app-host-vla-web-yp-278&redircnt=1586849503.1	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте» .
Алексеева Людмила Викторовна	Защитник	1 В	9.00-9.30	Оказание первой помощи при кровотечениях .	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14976710814131405945&from	общение в группе по вайберу
		1Г	9.40-10.10 10.20-10.50	Оказание первой помощи при кровотечениях .	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14976710814131405945&from	
		1Ж	15.20-15.50	Оказание первой помощи при кровотечениях .	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14976710814131405945&from	Работа в вайбере

			16.00-16.30	Оказание первой помощи при кровотечениях .	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14976710814131405945&from	Работа в вайбере
Трошина Янина Ивановна	Перекресток	1Г 1Д 1Е	14.30-15.00 15.10-15.40 15.50-16.20	Если случилось несчастье. Алгоритм действий в ЧС. Понятие травмы.	https://www.youtube.com/watch?v=ULwZUke77ZI http://www.dddgazeta.ru/archive/2017_06/30944/ https://www.youtube.com/watch?v=5O0jom8RsWs https://lechusdoma.ru/zabolevaniya/travmy/	обсуждение в Вайбере
Крылова Людмила Петровна	«Музей необъявленные войны»	1А	10.30-11.00	Памятники нашего края	http://www.alabin.ru/virtualnye-ekskursii/geroi_fronta2020.php	общение в Вайбере
		1Б	12.40-13.10 13.20-13.50	Значение памятников в жизни людей. Памятники ВОВ участникам великих сражений. Города - Герои	https://infourok.ru/intellektualnaya_i_gra_goroda-geroi_velikoy_otchestvennoy_voyny-541605.htm	общение в Вайбере
Акимова Ольга Васильевна	Волонтеры в погонах	1Б	16.20-16.50 17.00-17.30 17.40-18.10	Сила воинских традиций. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов Флаг. Герб. Гимн. Геральдика.. Боевое знамя. История военной присяги и порядок ее принятия. Знаки отличия.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=3163893836936112366&from=tabbar& https://yandex.ru/video/search? https://yandex.ru/video/preview/?filmId	Общение в группе вайбер.
Александров Вадим Юрьевич	«Юный пожарный спасатель »	1Б2	14.30-15.00 15.10-15.40	Порядок переноски и использования различных видов	https://vostochniy.mos.ru/your-safety/inform/detail/5412275.html https://www.youtube.com/watch?v=1ArCvB1pbyc	Общение в группе вконтакте.

				огнетушителей. Спасик на пожаре	https://cloud.mail.ru/public/5wr2/3tw6ViMcB	
Зеремов Александр Алексеевич	«Кадет»	1А4	16.00-16.30	«Уставы вооруженных сил Российской Федерации»	ustav.pptx (yandex.ru)s	Общение в группе вайбер.
		1Б4	16.40-15.10	«Уставы вооруженных сил Российской Федерации»	ustav.pptx (yandex.ru)s	Общение в группе вайбер.
		1В4	15.20-15.50	«Уставы вооруженных сил Российской Федерации»	ustav.pptx (yandex.ru)s	Общение в группе вайбер.
Гаврикова Диана Денисовна	Юный пожарный спасатель	1Б	15.20-15.50	«Уставы вооруженных сил Российской Федерации»	ustav.pptx (yandex.ru)s	Работа в вконтакте
		1Д	16.00-16.30			
Ташлинцев Василий Анатольевич	«Юный пожарный спасатель»	1В	14.30-15.00 15.10-15.40	Порядок переноски и использования различных видов огнетушителей. Спасик на пожаре	https://vostochniy.mos.ru/your-safety/inform/detail/5412275.html https://www.youtube.com/watch?v=1ArCvB1pbyc https://cloud.mail.ru/public/5wr2/3tw6ViMcB	сделать записи в рабочую тетрадь , прислать в группе ВКонтакте
		1Г	16.00-16.30 16.40-17.10	Порядок переноски и использования различных видов огнетушителей. Спасик на пожаре	https://vostochniy.mos.ru/your-safety/inform/detail/5412275.html https://www.youtube.com/watch?v=1ArCvB1pbyc https://cloud.mail.ru/public/5wr2/3tw6ViMcB	сделать записи в рабочую тетрадь , прислать в группе вконтакте
Карамышев Александр Васильевич	«Авиация»	1А	14.30-15.00 15.10-15.40	Воздушный флот России в Первой мировой войне	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2690417703634942616&text=%D0%B2%D0%BE%D0%B7%D0%B4%D1%83%D1%88%D0%BD%D1%8B%D0%B9+%D1%84%D0%BB%D0%BE%D1%82++%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8+%D0%B2+%D0%9F%D0%B5%D1%80%D0%B2%D0%BE%D0%B9+%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B9+%D0%B2%D0%BE%D0%B9%D0%BD%D0%B5	Материал размещается соцсети ВКонтакте, в беседе «Авиация 1 курс». https://www.youtube.com/watch?v=1Z-5o9flpJQ

		1Б	15.50-16.20 16.30-17.00	Воздушный флот России в Первой мировой войне	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=2690417703634942616&text=%D0%B2%D0%BE%D0%B7%D0%B4%D1%83%D1%88%D0%BD%D1%8B%D0%B9+%D1%84%D0%BB%D0%BE%D1%82++%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8+%D0%B2+%D0%9F%D0%B5%D1%80%D0%B2%D0%BE%D0%B9+%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%B9+%D0%B2%D0%BE%D0%B9%D0%BD%D0%B5	Материал размещается соцсети ВКонтакте, в беседе «Авиация 1 курс». https://www.youtube.com/watch?v=1Z-5o9flpJQ
Гришина Инна Анатольевна	Кадеты МЧС	1А	14.30-15.00	Топографические знаки Рабочая тетрадь по ориентированию	https://psv4.userapi.com/c856416/u81628439/docs/d15/4c516388bc02/Pe_rvye_shagi_v_orientirovanii.pdf?extra=nQg3AWU7Dif1TCA_sv2A8juVsFWK7k0aqqDI1YITiZ69IaJnavmdam5wCweGipd5TiS3wD6d65ib92_bQ4E6lIJXjn9Ls4JOF1hK7eiSDVvwMMmTcTHbLU0ariC87imqR6z72gViWUUbQg5HJEqpFFA	сделать запись в рабочую тетрадь
	«Школа выживания»	1А	9.00-9.30 9.40-10.10	Топографические знаки Рабочая тетрадь по ориентированию	https://psv4.userapi.com/c856416/u81628439/docs/d15/4c516388bc02/Pe_rvye_shagi_v_orientirovanii.pdf?extra=nQg3AWU7Dif1TCA_sv2A8juVsFWK7k0aqqDI1YITiZ69IaJnavmdam5wCweGipd5TiS3wD6d65ib92_bQ4E6lIJXjn9Ls4JOF1hK7eiSDVvwMMmTcTHbLU0ariC87imqR6z72gViWUUbQg5HJEqpFFA	сделать запись в рабочую тетрадь
Борисова Виктория Александровна	«Защитник»	1Д	14.30-15.00	Авиация Великой Отечественной Войны	avia.pptx (yandex.ru)	Общение в группе вконтакте.
		1Г	15.10-15.40			
		1А	15.50-16.20			
		1Б	16.30-17.00			
Кузнецова Ольга Владимировна	Мелодия красок	1Г	14.30-15.00	Композиция «Квадрат с геометрическим орнаментом»	https://youtu.be/n15-YmB64v0	Прислать фото эскиза на электронную почту педагога или Viber
			15.10-15.40			
			15.50-16.20			
Азизов Фирдавс	Медиамастерская «ДаВинчи»	1Г	17.15-17.45	Анализ изученного материала. Практический зачет.	Платформа ZOOM	

Гафурджонови ч		1Е	17.55-18.25 18.35-19.05	«Работа над ошибками» при обработке снимка. Анализ изученного материала. Практический зачет.	Платформа ZOOM	
Бочкарева Мария Павловна	«Юный видеооператор»	1А	15.00-15.30	Основы видеосъемки. Разбор светового оборудования.	Подключиться к конференции Zoom https://us04web.zoom.us/j/6726292859?pwd=S1RlWjZDbFIZSDVLRnhpd1Bhb1B0dz09 Идентификатор конференции: 672 629 2859	
Загирова Арина Фаридовна	«Социальное волонтерство»	1А	15.40-16.10	Игры на командообразование. Их принципы.	Ознакомиться с материалом по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=23vRq-rZ574&feature=emb_logo https://www.youtube.com/watch?v=FjVdo-ALaPk https://yadi.sk/i/9ZwNq0nWYPYu7g	
		1Б	16.20-16.50	Игры на командообразование. Их принципы.	Ознакомиться с материалом по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=23vRq-rZ574&feature=emb_logo https://www.youtube.com/watch?v=FjVdo-ALaPk https://yadi.sk/i/9ZwNq0nWYPYu7g	
Анисимова Ирина Геннадьевна	«Основы чертежной графики»	1А	13.30-14.00	Выполнение плавного перехода от дуги одной окружности к дуге другой.	ZOOM конференция. В случае отсутствия подключения к платформе смотреть материал по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=Fc0KVMiCfGm	
		1Б	14.10-14.40	Выполнение плавного перехода от дуги одной окружности к дуге другой.	ZOOM конференция. В случае отсутствия подключения к платформе смотреть материал по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=Fc0KVMiCfGm	
Загудаева Анна Николаевна	«Время английского»	1Ж	14.00-14.30	Мой любимый вид спорта.	https://learnenglishkids.britishcouncil.org/short-stories/the-first-marathon	

Курицына Мария Федоровна	«Историческое краеведение»	1А	11.45-12.15 12.25- 12.55 13.05-13.35	Русские народные праздники. Традиции и обряды народов Самарской области.	https://vk.com/villageeco https://www.facebook.com/villageeconesterovih/ https://www.instagram.com/nesterov_ecoferma/	
Моисеева Марина Вениаминовна	4«Я познаю компьютер»	1В4	9.00-9.30	Диаграммы. Типы и виды диаграмм. Элементы диаграмм	ZOOM подключение Идентификатор конференции 412 176 5064	
Титова Светлана Юрьевна	НОУ «Исследователь»	1А	15.00-15.30	Сбор и представление информации по избранной теме.	Онлайн-занятие с помощью платформы Zoom. При отсутствии связи пройти по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=3-pN8BvzWC4 Изучить материал самостоятельно, выполнить конспект лекции.	
		1Б	16.00-16.30	Сбор и представление информации по избранной теме.	Онлайн-занятие с помощью платформы Zoom. При отсутствии связи пройти по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=3-pN8BvzWC4 Изучить материал самостоятельно, выполнить конспект лекции.	
Зубкова Анастасия Федоровна	«Эдельвейс»	1Е	15.25-15.55	Партерная гимнастика. Прыжки	https://www.youtube.com/watch?v=gLcfrGvC0ZU	фотоотчет по вайберу
Бочкарева Мария Павловна	«Фри-степ»	1Г	16.20-16.50	Базовые движения CONTEMPORARY DANCE. Проработка элементов	Методический материал : https://youtu.be/rFGmNuCsJWw	видео педагогу в вайбер для разбора ошибок.
Горшкова Анастасия Сергеевна	«ПилиГрим»	1Ж	16.20-16.50 17.00-17.30	Театр теней	https://yandex.ru/efir?stream_id=v1WKmpyjsxRQ&from_block=player_share_button_yavideo https://yandex.ru/efir?stream_id=vTAtELP1tt4g&from_block=player_share_button_yavideo https://yandex.ru/efir?stream_id=v2XplgPeJBRg&from_block=player_share_button_yavideo	Отправка отзыва на электронную почту

					https://yandex.ru/efir?stream_id=vaYZgeM0_hk0&from_block=player_share_button_yavideo	
		1E	17.40-18.10	Театр теней	https://yandex.ru/efir?stream_id=v1WKmpyjsxRQ&from_block=player_share_button_yavideo https://yandex.ru/efir?stream_id=vTAtELP1tt4g&from_block=player_share_button_yavideo https://yandex.ru/efir?stream_id=v2XplgPeJBRg&from_block=player_share_button_yavideo https://yandex.ru/efir?stream_id=vaYZgeM0_hk0&from_block=player_share_button_yavideo	Отправка отзыва на электронную почту
Пономарев Артем Александрович	«Бенефис»	1A	15.25-15.55	"Шутки с «Да и...»"	Просмотреть материал основной части урока https://youtu.be/U6TWC1-OK-k Прописать варианты на упражнение «Да, и...»	Прописать в вайбере
		1Б	16.05 – 16.35	"Шутки с «Да и...»"	Просмотреть материал основной части урока https://youtu.be/U6TWC1-OK-k Прописать варианты на упражнение «Да, и...»	Прописать в вайбере
		1B	16.45 – 16.55	"Шутки с «Да и...»"	Просмотреть материал основной части урока https://youtu.be/U6TWC1-OK-k Прописать варианты на упражнение «Да, и...»	Прописать в вайбере
Копя Василиса Сергеевна	«2 Консонанс»	1A2	16.20-16.50	Закрепление изученного приема «перебор»	https://www.youtube.com/watch?v=3qeKOb3t9VY Посмотреть видео и выучить один перебор на выбор	видео отчет по вайберу
		1Б2	17.00-17.30	Закрепление изученного приема «перебор»	https://www.youtube.com/watch?v=3qeKOb3t9VY Посмотреть видео и выучить один перебор на выбор	видео отчет по вайберу
		1B2	18.05-18.35	Закрепление изученного приема «перебор»	https://www.youtube.com/watch?v=3qeKOb3t9VY	видео отчет по вайберу

					Посмотреть видео и выучить один перебор на выбор	
		1Г2	19.05-19.35	Закрепление изученного приема «перебор»	https://www.youtube.com/watch?v=3qeKOb3t9VY Посмотреть видео и выучить один перебор на выбор	видео отчет по вайберу
Меновщикова Мария Егоровна	«Реченька»	1з	15.25-15.55	Концертная программа «на завалинке»	Видео к теме: https://vk.com/video2851947_170969043	видео отчет по вайберу
Зворыкина Оксана Анатольевна	«Консонанс»	1А	15.25-15.55 16.05 – 16.35	Как подобрать аккорды к песне	https://www.youtube.com/watch?v=FdZhYijO4IQ	видео отчет по вайберу
		1Б	16.05 – 16.35 16.45-17.15	Как подобрать аккорды к песне	https://www.youtube.com/watch?v=FdZhYijO4IQ	видео отчет по вайберу
Клабуков Олег Александрович	«2ФРЕШ»	1А2	14.30-15.00	Воображение практика	Тема занятия: https://www.youtube.com/watch?v=FHfqgM8JKzk	видео отчет по вайберу
		1Д2	15.10-15.40 15.50-16.20	Воображение практика	Тема занятия: https://www.youtube.com/watch?v=FHfqgM8JKzk	видео отчет по вайберу
Землянская Нелли Рахматулловна	«Виктория»	1В2	17.15-17.45	Работа над ошибками в танце «Танго». (Синкопы, ритм танго)	https://www.youtube.com/watch?v=enw-rD7hf7U&list=PL3q9vmTb0dpyLL3dz3DzOicH1NLIfek5I&index=2	видео отчет по вайберу