

Расписание занятий для дистанционного обучения СП ДТДиМ ГБОУ СОШ №14 г.о. Сызрань на 07.05.2021г.

Ф.И.О. педагога	Объединение	Группа	Время занятий	Тема занятия	Ресурс для изучения материала	Примечание
Трошина Янина Ивановна	Зеленый огонечек	1А	9.30-10.00	Органы внутренних дел.	https://vk.com/patriotsyzrandtdim?w=wall8742992_2250	Обсуждение в комментарии к видеозаписи
		1Г	10.10-10.40 10.50-11.20 11.30-12.00			
	Перекресток	1Г 1Д 1Е	14.30-15.00 15.10-15.40 15.50-16.20	Органы внутренних дел.	https://vk.com/patriotsyzrandtdim?w=wall8742992_2250	Обсуждение в комментарии к видеозаписи
Никифорова Светлана Николаевна	Транспортная полиция	1Д	14.30-15.00 15.10-15.40	Великие полководцы. Урок истории России.	https://иванов-ам.рф/obzh_ovs/obzh_ovs_filмотека_02.html	Обсуждение в вайбере.
Гаврикова Диана Денисовна	«Защитник»	1В	14.30-15.00	Первая помощь при переломах	https://www.youtube.com/watch?v=HTIXrJh_T0&list=PLpwaDn09NsH_taXhbJ90XyI1UimkHFL39&index=3	Обсуждение вконтакте.
		1Г	15.10-15.40 15.50-16.20			
Пазухина Татьяна Сергеевна	«Зеленый огонечек (адаптированная)	1А	14.30-15.00	Памятка школьнику по ПДД.	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/osnovy-bezопасnosti-zhiznedeyatelности/2020/06/15/pamyatka-pdd-dlya-shkolnikov	Обсуждение в вайбере.
		1Б	15.10-15.40	Памятка школьнику по ПДД.	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/osnovy-bezопасности-zhiznedeyatelности/2020/06/15/pamyatka-pdd-dlya-shkolnikov	Обсуждение в вайбере.
		1В	15.50-16.20	Памятка школьнику по ПДД.	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/osnovy-bezопасности-zhiznedeyatelности/2020/06/15/pamyatka-pdd-dlya-shkolnikov	Обсуждение в вайбере.
Григорьев Александр Владимирович	Кадет	1А3	17.10-17.40	Практическое задание: части и механизмы Автомата АК-74	https://yadi.sk/i/JS21DuBNLFG3nA	Обсуждение в группе вайбер.
		1Б-3	17.50-18.20	Практическое задание: части и механизмы Автомата АК-74	https://yadi.sk/i/JS21DuBNLFG3nA	Обсуждение в группе вайбер.

		1-B3	18.30-19.00	Практическое задание: части и механизмы Автомата АК-74	https://yadi.sk/i/JS21DuBNLFG3nA	Обсуждение в группе вайбер.
Нуждин Григорий Геннадьевич	Кадет	1в2	15.30-16.00 16.10-16.40 16.50-17.20	Практическое задание: части и механизмы Автомата АК-74	https://yadi.sk/i/JS21DuBNLFG3nA	Обсуждение в группе вайбер.
Александров Вадим Юрьевич	«Юный пожарный спасатель»	1В2	14.30-15.00 15.10-15.40	Безопасность при гололёде, сходе наледи и падении сосулек с крыш и на льду водоёмов	http://xn----7sbbqrkctdbjvdlfmr7n.xn--plai/o-gorode/stranitsa-bezopasnosti/bezopasnost-na-prirode/bezopasnost-pri-gololede-i-gololeditse http://norilsk-city.ru/administration/subdivision/skill/1205/36500/index.shtml https://school42.edu.yar.ru/uchenikam/pravila_bezopasnosti_na_ldu.html	Обсуждение в вайбере.
Айнуллина Гюзель Джиганшевна	транспортная полиция	1-Г	16.30-17.00	Тест: а вы патриот?	https://kto-chno-gde.ru/story/test-na-skolko-procentov-vy-patriot/#quiz	Обсуждение в вайбере.
Азизов Фирдавс Гафурджонович	Медиамастерская «DaВинчи»	1Г	17:15-17:45 17:55-18:25	Создание и наложение слоев. Рассмотрение самых популярных эффектов.	Платформа ZOOM	
		1Е	18:35-19:05	Создание и наложение слоев.	Платформа ZOOM	
Царева Мария Владимировна	НОУ «Исследователь»	1А2	15:25-15:55	Представление информации по избранной теме исследования.	Примите участие в Zoom-конференции: https://us04web.zoom.us/j/78804777217?pwd=N2lOYTlVOWFQWCtVUUhqN295aW5MQT09	Консультации: https://vk.com/id305219299
		1Б2	16:05-16:35	Представление информации по избранной теме исследования.	Примите участие в Zoom-конференции: https://us04web.zoom.us/j/78804777217?pwd=N2lOYTlVOWFQWCtVUUhqN295aW5MQT09	Консультации: https://vk.com/id305219299
		1В2	16:45-17:15	Представление информации по	Примите участие в Zoom-конференции: https://us04web.zoom.us/j/78804777217?pwd=N2lOYTlVOWFQWCtVUUhqN295aW5MQT09	Консультации: https://vk.com/id305219299

				избранной теме исследования.	vOWFQWCtVVUhgN295aW5MQT09	5219299
Загирова Арина Фаридовна	«Социальное волонтерство»	1Б	16:00-16:30 16:40-17:10	Написание постов по теме объединения в группу в соц. сети	Ознакомьтесь с материалом по ссылке: https://yadi.sk/i/-LrJZl8Bst2i4g https://www.youtube.com/watch?v=ZfawEVJj-P4 https://www.youtube.com/watch?v=5V0Sf9DagwM	
Загудаева Анна Николаевна	«Время английского»	1В	09.55-10.40 10.50-11.35	Мои любимые гаджеты. Моя любимая социальная сеть.	https://learnenglishkids.britishcouncil.org/worksheets/digital-citizenship https://en.islcollective.com/video-lessons/ralph-breaks-internet-place-called-slaughter-race	
		1А	11.45-12.35	Моя любимая социальная сеть.	https://en.islcollective.com/video-lessons/ralph-breaks-internet-place-called-slaughter-race	
		1Д	15.00-15.45 15.55-16.40	Мои любимые гаджеты. Моя любимая социальная сеть.	https://learnenglishkids.britishcouncil.org/worksheets/digital-citizenship https://en.islcollective.com/video-lessons/ralph-breaks-internet-place-called-slaughter-race	
		1Г	16.50-17.35	Моя любимая социальная сеть.	https://en.islcollective.com/video-lessons/ralph-breaks-internet-place-called-slaughter-race	
Минушина Светлана Николаевна	Я познаю компьютер	1Б2	14.30 -15.00 15.10 – 15.40	Оснащение элементами дизайна, картинками, анимационными эффектами. Звук. Настройка времени показа.	Теоретический материал к теме: https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-sozdanie-animacii-v-programme-poer-point-1373604.html	
	Деловая леди	1Б	15.50 – 16.20	Практическая работа по документам	Задания для самостоятельной практической работы: https://yadi.sk/i/1kTrY0w4I_y_2w Папка для проверки практической работы (образцы): https://yadi.sk/d/zTRIGr-MqmcvjQ	
		1Г	16.30 – 17.00	Практическая работа по документам	Задания для самостоятельной практической работы: https://yadi.sk/i/1kTrY0w4I_y_2w Папка для проверки практической работы (образцы): https://yadi.sk/d/zTRIGr-MqmcvjQ	
Рожкова Ольга Владимировна	«Уникумы»	1Б	9.00-9.30	Фрукты и ягоды. Игра «Мороженое - мечта» Название овощей. Игра	https://www.liveworksheets.com/mp1145160vz https://www.youtube.com/watch?v=bjiM5NyUXKY https://www.liveworksheets.com/mp1145160vz	
		1З	9.40-10.10 10.20-10.50	Фрукты и ягоды. Игра «Мороженое -	https://www.liveworksheets.com/mp1145160vz	

				мечта» Название овощей. Игра	https://www.youtube.com/watch?v=bjiM5NyUXKY https://www.liveworksheets.com/mp1145160vz	
		1Е	11.00-11.30 11.40-12.10	Фрукты и ягоды. Игра «Мороженое - мечта» Название овощей. Игра	https://www.liveworksheets.com/mp1145160vz https://www.youtube.com/watch?v=bjiM5NyUXKY https://www.liveworksheets.com/mp1145160vz	
		1Ж	12.20-12.50 13.00-13.30	Фрукты и ягоды. Игра «Мороженое - мечта» Название овощей. Игра	https://www.liveworksheets.com/mp1145160vz https://www.youtube.com/watch?v=bjiM5NyUXKY https://www.liveworksheets.com/mp1145160vz	
Зубкова Анастасия Федоровна	«Эдельвейс»	1Д	15.25-15.55 16.05-16.35	Импровизация	https://www.youtube.com/watch?v=HPLmQhn4_ik	фотоотчет по вайберу
		1В	17.05-17.35	Импровизация	https://www.youtube.com/watch?v=HPLmQhn4_ik	фотоотчет по вайберу
		1А	17.45-18.15	Импровизация	https://www.youtube.com/watch?v=HPLmQhn4_ik	фотоотчет по вайберу
Бочкарева Мария Павловна	«Фри-степ»	1Г	16.20-16.50 17.00-17.30	Упражнения на развитие гибкости	Методический материа: https://youtu.be/Kegvf7SftBo	видео педагогу в вайбер для разбора ошибок.
		1Д	17.40-18.10 18.20-18.50	Упражнения на развитие гибкости	Методический материал: https://youtu.be/Kegvf7SftBo	видео педагогу в вайбер для разбора ошибок.
		1Е	19.00-19.30	Упражнения на развитие гибкости	Методический материал: https://youtu.be/Kegvf7SftBo	видео педагогу в вайбер для разбора ошибок.
Горшкова Анастасия Сергеевна	«ПилиГрим»	1А	15.40-16.10	Викторина «Помним. Гордимся». Просмотр стихотворений	https://learningapps.org/view8280016 https://learningapps.org/view8279476 https://cloud.mail.ru/public/5uma/4SudpsAGi https://cloud.mail.ru/public/4grD/3kkc8TYcR https://cloud.mail.ru/public/JuBL/oPB3R9bwb https://cloud.mail.ru/public/5hkP/ENZ4R9YfC	Отправка отзыва на электронную почту
		1Б	16.20-16.50 17.00-17.30	Викторина «Помним. Гордимся». Просмотр стихотворений	https://learningapps.org/view8280016 https://learningapps.org/view8279476 https://cloud.mail.ru/public/5uma/4SudpsAGi https://cloud.mail.ru/public/4grD/3kkc8TYcR	Отправка отзыва на электронную почту

					https://cloud.mail.ru/public/JuBL/oPB3R9bwb https://cloud.mail.ru/public/5hkP/ENZ4R9YfC	
		1В	17.40-18.10 18.20-18.50	Викторина «Помним. Гордимся». Просмотр стихотворений	https://learningapps.org/view8280016 https://learningapps.org/view8279476 https://cloud.mail.ru/public/5uma/4SudpsAGi https://cloud.mail.ru/public/4grD/3kkc8TYcR https://cloud.mail.ru/public/JuBL/oPB3R9bwb https://cloud.mail.ru/public/5hkP/ENZ4R9YfC	Отправка отзыва на электронную почту
Копя Василиса Сергеевна	«2 Консонанс»	1Д2	16.20-16.50 17.00-17.30	Работа над песнями индивидуальной программы	https://us04web.zoom.us/j/4582485930?pwd=UnR1dUZFaFlvWGs5bVNoS2cxVFh1dz09	видео отчет по вайберу
		1Е2	17.40-18.10	Работа над песнями индивидуальной программы	https://us04web.zoom.us/j/4582485930?pwd=UnR1dUZFaFlvWGs5bVNoS2cxVFh1dz09	видео отчет по вайберу
Меновщикова Мария Егоровна	«Реченька»	1А	15.25 – 15.55 16.05 – 16.35	Вечерка в фольклорной деревне «Берестечко» г. Самара	Видео к теме: https://youtu.be/XXGpBA3tSSk https://youtu.be/hTefeLC9yrc	видео отчет по вайберу
		1Б	16.45 – 17.15	Вечерка в фольклорной деревне «Берестечко» г. Самара	Видео к теме: https://youtu.be/XXGpBA3tSSk https://youtu.be/hTefeLC9yrc	видео отчет по вайберу
		1В	17.25-17.55 18.05-18.35	Вечерка в фольклорной деревне «Берестечко» г. Самара	Видео к теме: https://youtu.be/XXGpBA3tSSk https://youtu.be/hTefeLC9yrc	видео отчет по вайберу
		1Г	14.30-15.00	Вечерка в фольклорной деревне «Берестечко» г. Самара	Видео к теме: https://youtu.be/XXGpBA3tSSk https://youtu.be/hTefeLC9yrc	видео отчет по вайберу
Петросьянц Алена Геннадьевна	2ПилиГрим	1Д2	15.25-15.55	Отработка сценической речи. Работа над дикцией.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14484816748255424745&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DTz3WKQ5n0JU&text=%D0%9A%D1%83%D1%80%D1%81%20%D0%90%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5%20%D0%BC%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE%20%D0%A1%D1%86%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1	видео отчет по вайберу

					%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D1%80%D0%B5%D1%87%D1%8C%20%D0%9E%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8&path=sharelink	
		1Г2	16.05 – 16.35 16.05 – 16.35	Отработка сценической речи. Работа над дикцией.	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14484816748255424745&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DTz3WKQ5n0JU&text=%D0%9A%D1%83%D1%80%D1%81%20%D0%90%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5%20%D0%BC%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE%20%D0%A1%D1%86%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D1%80%D0%B5%D1%87%D1%8C%20%D0%9E%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8&path=sharelink	видео отчет по вайберу
Клабукова Маргарита Георгиевна	ФРЕШ	1В	15.25-15.55 16.05-16.35	Воображение- практика	https://www.youtube.com/watch?v=FHfggM8JKzk	видео отчет по вайберу
		1А	17.05-17.35	Воображение- практика	https://www.youtube.com/watch?v=FHfggM8JKzk	видео отчет по вайберу
Артюшенко Ирина Александровна	Мир танца	1В	15.25-15.55 16.05-16.35	«Радостные поклоны» Танец- поклон «Улыбка»	https://www.youtube.com/watch?v=CdD05H3p0gA https://www.youtube.com/watch?v=y_wp3-2dpxk	Видеоотчет отправить любым удобным способом
		1Б	17.05-17.35	«Радостные поклоны» Танец- поклон «Улыбка»	https://www.youtube.com/watch?v=CdD05H3p0gA https://www.youtube.com/watch?v=y_wp3-2dpxk	Видеоотчет отправить любым удобным способом
Кузнецова Ольга Владимировна	Мелодия красок	1Д	14.30-15.00 15.10-15.40 15.50-16.20	Стилизация композиции под витраж	https://clck.ru/Ub9Xq	Прислать фото наброска геометрической композиции на электронную почту педагога или Viber
Черкасская Юлия Алексеевна	Цветная палитра	1Д	17.15-17.45 17.55-18.25 18.35-19.05	Пасхальное яйцо в технике «Мозаика из скорлупы»	https://www.youtube.com/watch?v=8NOvYEcW79k	Прислать фото работы на электронную почту педагога или Viber

Гуничева Ирина Владимировна	ИЗО	1Г 1Д	14.30-15.00 15.10-15.40 15.50-16.20 17.15-17.45 17.55 -18.25 18.35 -19.05	Как нарисовать лаванду	https://clck.ru/UZvMi	Прислать фото работы на электронную почту педагога или Viber
Ершова Светлана Николаевна	Аленький цветочек	1Г	14.30-15.00 15.10-15.40 15.50-16.20	«Изготовление красной гвоздики к 9 мая»	https://clck.ru/UazxS	Прислать фото работы на электронную почту педагога или Viber
Портнова Наталья Викторовна	Чудо-мастерица	1Б	12.40-13.10 13.20-13.50 14.00-14.30	Поделка к 9 Мая	https://www.youtube.com/watch?v=5skgaEJU-0Q	Прислать фото работы на электронную почту педагога или Viber
Щеглова Тамара Николаевна	Тестоластика	1В	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50	Открытки ко Дню Победы	https://larecmasterici.ru/podelki-iz-bumagi/otkrytka-dlya-veterana-svoimi-rukami-na-9-maya.html	Прислать фото работы на электронную почту педагога или Viber
		1Г	11.45-12.15			
Никифорова Светлана Николаевна	Волшебница	1В	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50 11.45-12.15	Оформление работ на выставку, посвященную дню Победы ВОВ	https://gidrukodeliya.ru/podelki-na-9-maya	Прислать фото работы на электронную почту педагога или Viber
Агаев Ровшан Назим Оглы	Кикбоксинг	1Д	16.20-16.50 17.00-17.30	Обучение приемам защиты на месте Упражнения для	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=3652056385447	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»

				укрепления шеи, кистей, спины, пресса.	375646&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	17.40-18.10 18.20-18.50	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%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5	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

						<p>— «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</p>
Агаев Роял Назим Оглы	Кикбоксинг	1А2	16.20-16.50 17.00-17.30	Обучение приемам защиты на месте	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1361946318543394410&reqid=1586774570859802-308428383968027609003175-sas1-8546-	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в

				Упражнения для укрепления шеи, кистей, спины, пресса.	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	«ВКонтакте»
	1Б2	17.40-18.10 18.20-18.50	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%D0%BE%D0%BA%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклоны головы - 5-6 повторений; 2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону; 3. Вращен

					<p>%BD%D0%B8%D1%8F+%D1%88%D0%B5%D0%B8%D0%B9%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>ие локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>4. Разминка кистей -10-15 оборотов;</p> <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>
--	--	--	--	--	---	---

						13. Приседания на двух ногах - 20 раз; 14. Отжимания - 20 раз; Бег на месте - 1-2 минуты
Бочкарева Мария Павловна	Аэробика	1Б	15.25-15.55 16.05-16.35	Изменения в правилах соревнований по фитнес – аэробике ФИСАФ. Упражнения у опоры, упражнения на середине, прыжковая подготовка, танцевальные элементы в аэробике	https://legalacts.ru/doc/pravila-vida-sporta-fitness-aerobika-utv-prikazom-minsporta-rossii-ot_2/ http://fitmania.by/exercises/po-napravleniam/aerobika.html	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в вайбер
Губарев Максим Александрович	Хоккей с шайбой	1А	15.30-16.00	Упражнения для развития силы.	https://bookcamp.ru/hockey/razvitie-silovyh-kachestv	
		1Г	16.10-17.40 16.50-17.20	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	https://bookcamp.ru/hockey/razvitie-silovyh-kachestv 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	17.30-18.00	Упражнения для развития силы.	https://bookcamp.ru/hockey/razvitiye-silovyh-kachestv	<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
--	--	----	-------------	-------------------------------	---	--

						<p>» 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>
Дидык Юрий Алексеевич	Настольный теннис	1Г2	14.30-15.00 15.10-15.40	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 вайбер
		1Б2	15.50-16.20 16.30-17.00	Мини тренировка - И М И Т А Ц И Я –	http://rupinpong.ru/viewtopic.php?id=602	Гимнастика на все группы

				<p>ПОЗЫ</p> <p>Упражнения на перемещения</p>	<p>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</p>	<p>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;
--	--	--	--	--	--	--

						<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>
		1Д2	17.10-17.40 17.50-18.20	<p>Мини тренировка - И М И Т А Ц И Я – ПОЗЫ</p> <p>Упражнения на перемещения</p>	<p>http://rupinpong.ru/viewtopic.php?id=602</p> <p>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</p>	
Зайцева Наталья Георгиевна	Дзюдо	1Б	14.30-15.00 15.10-15.40	<p>Одежда дзюдоиста</p> <p>Падение на бок из положения сидя в прыжке</p>	<p>https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/</p> <p>https://vipv.ru/borba-sambo/uroki-sambo-urok-2-samostrakhovka-pri-padenii-na-bok</p>	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»

		1В	18.10-18.40 18.50-19.20	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	16.20-16.50	Одежда дзюдоиста	https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/	
Самбо		1Б	17.00-17.30	Выведение из равновесия. Передвижения.	https://zinref.ru/000_uchebniki/05000sport/001_SPORTI_VNAYa_BORBA_Galkovskogo_1968/083.htm	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

						<p>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>
Михайлов Владимир Михайлович	Игровые виды спорта	1Г	14.30-15.00 15.10-15.40	<p>Стойки, перемещения волейболиста.</p> <p>Подводящие упражнения для приема сверху и</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> <p>1. Наклоны</p>

				снизу в парах.		<p>головы - 5-6 повторе ний;</p> <p>2. Вращате льные движения головой- по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>3. Вращен ие локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>4. Разминк а кистей -10- 15 оборотов;</p> <p>5. Упражн ение для рук — «ножницы» - 16-20 раз;</p> <p>6. Наклон туловища вперед -16-20 раз;</p> <p>7. Поворот ы корпуса - 6- 8 повторений;</p> <p>8. «Скручивание » туловища - 16-20 раз;</p> <p>9. Круговы е 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>
		1Д	15.50-16.20 16.30-17.00	<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

						<p>каждую сторону;</p> <p>4. Разминка кистей -10-15 оборотов;</p> <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>
--	--	--	--	--	--	--

						14. Отжимания - 20 раз; Бег на месте - 1-2 минуты
		1Е	17.10-17.40 17.50-18.20	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. Поворот

						ы 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
Рыбакин Валерий Константинович	Дзю-до	1А4	1А4 14.00-14.30 14.40-15.10	Одежда дзюдоиста	https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/	
		1Б4	15.20-15.50	Падение на бок из положения сидя в прыжке Одежда дзюдоиста	https://vipv.ru/borba-sambo/uroki-sambo-urok-2-samostrakhovka-pri-padenii-na-bok https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/	Гимнастика на все группы мышц: 1. Наклон

						<p>ы голова - 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</p>
--	--	--	--	--	--	---

						<p>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>
		1В4	16.00-16.30	<p>Одежда дзюдоиста</p> <p>Падение на бок из положения сидя в прыжке</p>	<p>https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/</p> <p>https://vipv.ru/borba-sambo/uroki-sambo-urok-2-samostrakhovka-pri-padenii-na-bok</p>	
		1Г4	16.40-17.10 17.20-17.50	<p>Одежда дзюдоиста</p> <p>Падение на бок из положения сидя в прыжке</p>	<p>https://sportyfi.ru/dzyudo/forma/</p> <p>https://vipv.ru/borba-sambo/uroki-sambo-urok-2-samostrakhovka-pri-padenii-na-bok</p>	
Романов Вячеслав Борисович	Хоккей с мячом	1А	14.30-15.00 15.10-15.40	<p>Основы техники и тактики игры в хоккей с мячом</p> <p>Строевые и порядковые упражнения</p>	<p>http://www.offsport.ru/hockey/bandy/taktika%20igrы.shtml</p> <p>https://lektsii.org/6-43157.html</p>	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <p>1. Наклоны головы - 5-6 повторы</p>

						<p>ний;</p> <p>2. Вращательные движения головой- по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>4. Разминка кистей -10-15 оборотов;</p> <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</p>
--	--	--	--	--	--	--

						<p>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>
		1Б	16.20-16.50	<p>Основы техники и тактики игры в хоккей с мячом</p>	<p>http://www.offsport.ru/hockey/bandy/taktika%20igrы.shtml</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. Разминк

						<p>а кистей -10-15 оборотов;</p> <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 -</p>
--	--	--	--	--	--	--

						1-2 минуты
		1Д	17.15-17.45 17.55-18.25	<p>Основы техники и тактики игры в хоккей 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;

						<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>
		ІГ	19.05-19.35	Основы техники и тактики игры в хоккей с мячом	http://www.offsport.ru/hockey/bandy/taktika%20igry.shtml	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <p>1. Наклоны головы - 5-6 повторений;</p> <p>2. Вращательные</p>

						<p>движения головы- по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>3. Враще ние локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>4. Разминк а кистей -10- 15 оборотов;</p> <p>5. Упражн ение для рук — «ножницы» - 16-20 раз;</p> <p>6. Наклон туловища вперед -16-20 раз;</p> <p>7. Поворот ы корпуса - 6- 8 повторений;</p> <p>8. «Скручивание » туловища - 16-20 раз;</p> <p>9. Круговы е вращения тазом - 5-7 повторений;</p> <p>10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений;</p> <p>11. Наклон</p>
--	--	--	--	--	--	--

						ы 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
Сатинов Дмитрий Вячеславович	Каратэ-до Шотокан	1А	1А 14.30-15.00	Совершенствование санбон кумитэ	http://shotokan4you.com/sanbon-kumite/	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте»
		1Б	15.10-15.40 15.50-16.20	Совершенствование санбон кумитэ Совершенствование ката Хейан Нидан	http://shotokan4you.com/sanbon-kumite/ http://dzanshin.com/kata_shotokan_karate/heian-nidan/	
		1Е	16.30-17.00 17.10-17.40	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;

						<ol style="list-style-type: none">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	17.50-18.20 18.30-19.00	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	15.00-15.30 15.40-16.10	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%3В+	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте».
		1В	16.50-17.20 17.30-18.00	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%3В+	
Локтева Ирина Александровна	Игровые виды спорта ОФП	1Б10	17.00-17.30 17.40-18.10	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

						<p>головой- по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>4. Разминка кистей -10-15 оборотов;</p> <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</p>
--	--	--	--	--	--	--

						<p>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>
Шайхелислам в Эдуард Дамирович	Хоккей с шайбой	1А2	14.30-15.00 15.10-15.40	<p>Упражнения для развития силы.</p> <p>Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.</p>	<p>https://bookcamp.ru/hockey/razvitie-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	15.50-16.20	Упражнения для развития силы.	<p>https://bookcamp.ru/hockey/razvitie-silovyh-kachestv</p>	<p>Гимнастика на все группы мышц:</p> <p>1. Наклоны головы - 5-6 повторений;</p> <p>2. Вращательные движения головой- по 8</p>

						<p>раз в каждую сторону;</p> <p>3. Вращение локтями вперед и назад - по 8 раз в каждую сторону;</p> <p>4. Разминка кистей -10-15 оборотов;</p> <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>
		1E2	16.30-17.00	Упражнения для развития силы.	https://bookcamp.ru/hockey/razvitie-silovyh-kachestv	
Елистратов Сергей Сергеевич	Игровые виды спорта	1A2	17.05-17.35 17.45-18.15	<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>	<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-

						<p>15 оборотов;</p> <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>
--	--	--	--	--	--	--

		1Б2	18.25-18.55 19.05-19.35	Техника передачи одной рукой от плеча Передача двумя руками над головой	http://www.offsport.ru/basketball/dlya-detey/peredacha-1.shtml 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/	
Корчажкин Александр Николаевич	Лыжные гонки	1А2	14.30-15.00	Лыжный инвентарь, мази, одежда и обувь.	https://multiurok.ru/index.php/files/inventar-i-ekipirovka-dlia-zaniatii-lyzhnymi-ghon.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. Упражн

						<p>ение для рук — «ножницы» - 16-20 раз; 6. Наклон туловища вперед -16-20 раз; 7. Поворот ы корпуса - 6- 8 повторений; 8. «Скручивание » туловища - 16-20 раз; 9. Круговы е вращения тазом - 5-7 повторений; 10. Разминка для коленных суставов - 5-7 повторений; 11. Наклон ы вперед - 5-7 повторений; 12. Махи ногами - 16 раз; 13. Приседа ния на двух ногах - 20 раз; 14. Отжима ния - 20 раз; Бег на месте - 1-2 минуты</p>
		1Б2	15.10-15.40 15.50-16.20	Лыжный инвентарь, мази, одежда и	https://multiurok.ru/index.php/files/invientar-i-ekipirovka-dlia-zaniatii-lyzhnymi-ghon.html	Гимнастика на все группы

				<p>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://poisk-ru.ru/s51981t9.html</p>	<p>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;
--	--	--	--	--	--	--

						<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>
Патрикеев Александр Владимирович	Игровые виды спорта	1А5	18.00-18.30 18.40-19.10	<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>	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в вайбер.
Фомин Владимир Анатольевич	ПожПрик Спорт	1А2	15.30-16.00	Штурмование учебной башни в пожарно – прикладном спорте	<p>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%</p>	Форма отчёта для обучающихся: видео педагогу в «ВКонтакте» .

					B0 D0 B4 D0 BD D0 BE D0 BC % 20 D1 % 81 D0 BF D0 BE D1 % 80 D1 % 82 D0 B5 & path=wizard	
		1Б2	16.10-16.40 16.50-17.20	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%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	
Курдюкова Татьяна Николаевна	Природа и мы	1А	10.00-10.30	Леса России	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3941/start/158576/	Составьте схему лесного сообщества
		1Б	10.40-11.10	Леса России	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3941/start/158576/	Составьте схему лесного сообщества
		1В	11.20-11.50	Леса России	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3941/start/158576/	Составьте схему лесного сообщества
		1Г	12.00-12.30	Леса России	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3941/start/158576/	Составьте схему лесного сообщества
Гундорова Ольга Викторовна	Интеллектуальный клуб	1А3	10.00-10.30	Логические игры на развитие мышления и смекалки	https://logiqlike.com/podgotovka-k-shkole/razvivayushchieigrы	Развивай логическое мышление вместе с нами

Макарова Елена Вячеславовна	Творенье красоты земной	1В5	10.00-10.30	Красная книга	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5536/start/156857/	Подберите по 2 фотографии животных и растений, которые занесены в Красную книгу Самарской области. Ответ пришлите педагогу в viber
-----------------------------------	----------------------------	-----	-------------	---------------	---	--