

## ГРАФИК ЗАНЯТИЙ

групп дополнительного образования СП ДЮСШ ГБОУ СОШ с. Пестровка  
(физкультурно-спортивной направленности) в режиме дистанционного обучения

№	Тренер-преподаватель	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
1	Бородавкин Виктор Олегович	Легкая атлетика	Футбол	Легкая атлетика	Футбол	Легкая атлетика
		16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>	16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>	16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>	16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>	16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>
2	Карлов Дмитрий Анатольевич	Футбол	Футбол	Футбол	Футбол	Футбол
		10 <sup>00</sup> :11 <sup>30</sup>	10 <sup>00</sup> :11 <sup>30</sup>	10 <sup>00</sup> :11 <sup>30</sup>	10 <sup>00</sup> :11 <sup>30</sup>	10 <sup>00</sup> :11 <sup>30</sup>
3	Шлыков Олег Николаевич	Волейбол	Хоккей	Волейбол	Хоккей	Хоккей
		14 <sup>00</sup> :15 <sup>30</sup>	14 <sup>00</sup> :15 <sup>30</sup>	14 <sup>00</sup> :15 <sup>30</sup>	14 <sup>00</sup> :15 <sup>30</sup>	14 <sup>00</sup> :15 <sup>30</sup>
4	Благороднов Николай Николаевич	Футбол	Шахматы	Футбол	Шахматы	
		11 <sup>00</sup> :12 <sup>30</sup>	13 <sup>00</sup> :14 <sup>20</sup>	11 <sup>00</sup> :12 <sup>30</sup>	13 <sup>00</sup> :14 <sup>20</sup>	

## ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ

- ✓ Тренировки в режиме видеоконференции;
- ✓ Аудиоконференции;
- ✓ Домашнее задание;
- ✓ Занятия в чате;
- ✓ Веб-тренировки;
- ✓ Видео по теме;

## ФОРМА ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

- ✓ Выполнение творческого проекта;
- ✓ Написание отзыва;
- ✓ Высказывание мнения;
- ✓ Заполнение анкеты;
- ✓ Обмен сообщениями;
- ✓ Чаты;
- ✓ Тестирование

## Вторник 4.05.2021 г.

Направление деятельности	Способ	Педагог	Время	Тема краткий комментарий	Возрастная категория	Ресурс комментарий	Форма обратной связи	Результат самостоятельной работы обучающихся
Легкая атлетика	Самостоятельная работа с помощью ЭОР	Бородавкин В.О.	16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>	скоростно-силовая подготовка	7-17 лет	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Войти в соц. сеть vk.com в сообщество «ДЮСШ с. Марьевка».</li> <li>2. Для проведения тренировки перейти по ссылке размещенной в сообществе</li> <li>3. Просмотреть и выполнить упражнения:               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка (упражнения на растягивание мышц) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=INyi5EU1Mk">https://www.youtube.com/watch?v=INyi5EU1Mk</a></li> <li>2. ОФП (упражнения со скакалкой) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=AuElfmlRecE">https://www.youtube.com/watch?v=AuElfmlRecE</a></li> <li>3. СБУ (Специально-беговые упражнения) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nElt7ZRc2Fo">https://www.youtube.com/watch?v=nElt7ZRc2Fo</a></li> <li>4. Заминка (медленный бег)</li> <li>5.</li> </ol> </li> </ol>	Сообщество в соц.сети vk.com	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Умение работать дистанционно</li> <li>2. Получение и анализ знаний через видео-урок</li> <li>3. Умение пользоваться гаджитами</li> </ol>
футбол	Он-лайн подключение	Карлов Д.А	10.00-11.20	Ведение мяча	7-17 лет	Социальная сеть ВК. <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Зайти в ВК</li> <li>2. Перейти по ссылке</li> <li>3. Посмотреть видео <a href="https://youtu.be/4iKwllfQPP8">https://youtu.be/4iKwllfQPP8</a></li> </ol>	Отзыв после просмотра оставить в группе ВК «Футбол» до 13.00	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Умение работать дистанционно</li> <li>2. Получение и анализ знаний через видеоурок</li> </ol>

						4. Отработать приёмы использованные в видеоматериале на практике.		3. Умение пользоваться гаджетами 4. Умение работать в группе
--	--	--	--	--	--	---	--	---

волейбол	С помощью ЭОР	Шлыков О.Н.	14.00-15.20	Комбинации	7-17 лет	<p>1. Включить компьютер</p> <p>2. Начать кнопку поиск</p> <p>3. Перейти по ссылке <a href="https://infourok.ru/volleybol_igrovy_e_kombinacii_v_volleybole-336885.htm">https://infourok.ru/volleybol_igrovy_e_kombinacii_v_volleybole-336885.htm</a></p> <p>5. Изучить материал</p> <p>6. Зайти в вайбер поделить наиболее понравившейся комбинацией.</p> <p>В случае отсутствия технической возможности использования электронных ресурсов пользуемся мобильной связью Instagram, Viber</p>	вайбере номер 8960830294 6 до 18.00	<p>1. Умение пользоваться гаджетами</p> <p>2. Умение работать самостоятельно</p> <p>3. Умение изучать материала дистанционно</p> <p>4. Умение пользоваться гаджетами</p>
----------	---------------	-------------	-------------	------------	----------	--	---	--

футбол	Тренировки в режиме видеоконференции	Благороднов Н.Н.	11.00-12.20	Разминка футболистов	7-9 лет	<p>Зайти в вайбер выполнить тренировку в режиме видеоконференции или в социальной сети ВК.</p> <p>1. Зайти в ВК</p>	Вайбер 89277196067, группа ВК «Футбол»	<p>1. Умение работать дистанционно</p> <p>2. Умение пользоваться</p>
--------	--------------------------------------	------------------	-------------	----------------------	---------	---	---	--

						<p>2. Зайти в группу «Футбол младшие» созданную тренером прочитайте и выполните комплекс упражнений</p> <p>4. Сделать разминку по видео</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=LfhPNGH2gr4">https://www.youtube.com/watch?v=LfhPNGH2gr4</a></p> <p>В случае отсутствия технической возможности использования мобильного телефона</p>	младшие»	<p>гаджетами</p> <p>3. Умение самостоятельно выполнять задания</p>
шахматы	Онлайн подключение	Благороднов Н.Н.	13.00-14.20	Шахматные задачи. Мат в 1 ход	7-9 лет	<p>Зайти в соц. сети.</p> <p>1. Зайти в ВК</p> <p>2. Зайти в группу «Шахматы» созданную тренером прочитайте и выполните комплекс упражнений</p> <p>4. Решить 10-15 задач</p> <p><a href="https://www.shahimat.org/zadachi/mat-v-1-hod/">https://www.shahimat.org/zadachi/mat-v-1-hod/</a></p> <p>В случае отсутствия технической возможности использования мобильного телефона</p>	<p>Вайбер 89277196067,</p> <p>Написать о количестве выполненных задачах</p>	<p>1. Умение работать дистанционно</p> <p>2. Умение пользоваться гаджетами</p> <p>3. Умение самостоятельно выполнять задания</p>

## Среда 5.05.2021 г.

Направление деятельности	Способ	Педагог	Время	Тема краткий комментарий	Возрастная категория	Ресурс комментарий	Форма обратной связи	Результат самостоятельной работы обучающихся
футбол	Самостоятельная работа с помощью ЭОР	Бородавкин В.О.	16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>	Обучение сильному и точному удару в футболе	13-17 лет	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Войти в соц. сеть vk.com в сообщество «ДЮСШ с. Марьевка»</li> <li>2. Для проведения тренировки перейти по ссылке размещенной в сообществе</li> <li>3. Просмотреть и выполнить упражнения на отработку сильного и точного удара <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнений на силу удара по мячу</li> </ul> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=cWam2VSd6Xs">https://www.youtube.com/watch?v=cWam2VSd6Xs</a> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Отработка удара</li> </ul> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=FJpzd6OVrKk">https://www.youtube.com/watch?v=FJpzd6OVrKk</a> </li> <li>4. Используя поисковую систему, выложить в группе другие варианты упражнений на координацию, а так же поделиться с товарищами по команде успехами выполнения данных упражнений.</li> <li>5. Мастер-класс по обучению финтам от обучающего СП ДЮСШ Берлизова Артема (прямое включение)</li> </ol>	Сообщество в соц.сети vk.com	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Умение работать дистанционно</li> <li>2. Получение и анализ знаний через видео-урок</li> <li>3. Умение пользоваться гаджетами</li> </ol>

футбол	Он-лайн подключение	Карлов Д.А	10.00-11.20	Удары в одно касание	7-17 лет	Социальная сеть ВК. 1.Зайти в ВК 2.Перейти по ссылке <a href="https://youtu.be/AjRkorzh0dY">https://youtu.be/AjRkorzh0dY</a>  3. Отработать приёмы использованные в видеоматериале на практике.	Отзыв после просмотра оставить в группе ВК «Футбол» до 13.00	1.Умение работать дистанционно 2.Получение и анализ знаний через видеоурок 3.Умение пользоваться гаджитами 4. Умение работать в группе
хоккей	С помощью ЭОР. Самостоятельная работа	Шлыков О.Н.	14.00-15.30	История хоккея в России	7-10 лет	1. Взять тетрадь 2. Написать реферат на тему «история хоккея в России» пользуясь интернетом . 3. Сделать фото. 4. Прикрепить фото в вайбере	Ответы отправить в вайбере на номер 8960830294 6 до 19.00	1.Умение пользоваться гаджитами 2. Умение работать самостоятельно 3. Умение работать дистанционно
шахматы	Онлайн подключение	Благородно в Н.Н.	13.00-14.20	Шахматные задачи. Мат в 2 ход	7-9 лет	Зайти в соц. сети. 1. Зайти в ВК 2. Зайти в группу «Шахматы» созданную тренером прочитать и выполнить комплекс упражнений 4. Решить 10-15 задач <a href="https://www.shahimat.org/zadachi/mat-v-1-hod/">https://www.shahimat.org/zadachi/mat-v-1-hod/</a> В случае отсутствия технической возможности использования мобильный телефон	Вайбер 8927719606 7, Написать о количестве выполненных задачах	1.Умение работать дистанционно 2.Умение пользоваться гаджитами 3. Умение самостоятельно выполнять задания

## Четверг 6.05.2021 г.

Направление деятельности	Способ	Педагог	Время	Тема краткий комментарий	Возрастная категория	Ресурс комментарий	Форма обратной связи	Результат самостоятельной работы обучающихся
Легкая атлетика	Самостоятельная работа с помощью ЭОР	Бородавкин В.О.	16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>	Общеразвивающая тренировка	7-17 лет	<p>1. Войти в соц. сеть vk.com в сообщество «ДЮСШ с. Марьевка».</p> <p>2. Для проведения тренировки перейти по ссылке размещенной в сообществе</p> <p>3. Просмотреть и выполнить <a href="https://www.youtube.com/watch?v=jEGCotDPnGg">https://www.youtube.com/watch?v=jEGCotDPnGg</a></p> <p style="padding-left: 40px;">1. Упражнения со скакалкой, тренировка на выносливость</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=BHFLW1dF--U">https://www.youtube.com/watch?v=BHFLW1dF--U</a></p> <p>3. Заминка <a href="https://www.youtube.com/watch?v=eJ7OVgIyeuE">https://www.youtube.com/watch?v=eJ7OVgIyeuE</a></p>	Сообщество в соц.сети vk.com	<p>1. Умение работать дистанционно</p> <p>2. Получение и анализ знаний через видеоурок</p> <p>3. Умение пользоваться гаджитами</p>
футбол	Он-лайн подключение	Карлов Д.А	10.00-11.20	Отбор мяча	7-17 лет	<p>Социальная сеть ВК.</p> <p>1. Зайти в ВК</p> <p>2. Перейти по ссылке <a href="https://youtu.be/AQyp3kjfog">https://youtu.be/AQyp3kjfog</a></p> <p>3. Оставить комментарий в группе ВК «Футбол» созданной тренером.</p>	Отзыв после просмотра оставить в группе ВК «Футбол» до 13.00	<p>1. Умение работать дистанционно</p> <p>2. Получение и анализ знаний через видеоурок</p> <p>3. Умение пользоваться гаджитами</p> <p>4. Умение работать в</p>



								группе
--	--	--	--	--	--	--	--	--------

футбол	Работа с ЭОР. Самостоятельная работа.	Благороднов Н.Н.	11.00- 14220	Тестирование	7-9 лет	Социальная сеть ВК.  1. Зайти в ВК 2. Зайти в группу «Футбол младшие» созданную тренером 3. Перейти по ссылке <a href="https://tayniymir.com/test/futbolnye">https://tayniymir.com/test/futbolnye</a> 4. Сделать фото ответов и прикрепить в группе или прислать по вайберу В случае отсутствия технической возможности использования электронных ресурсов пользуемся мобильной связью Instagram,Viber	1. группе ВК «Футбол младшие » до 19.00 или вайбер 89277196067	1.Умение пользоваться гаджитами 2.Умение работать дистанционно 3.Самостоятельная работа
волейбол	С помощью ЭОР	Шлыков О.Н.	14.00- 15.20	Спорт и великие спортсмены в Великой отечественной войне	7-17 лет	1.Включить компьютер 2.Начать кнопку поиск 3.Перейти по ссылке <a href="https://moluch.ru/archive/238/55280/">https://moluch.ru/archive/238/55280/</a> 4. Изучить материал 5.Поделится комментариями в вайбере.  В случае отсутствия технической возможности использования электронных ресурсов пользуемся мобильной связью Instagram,Viber	вайбер 89608302946 до 18.00	1.Умение пользоваться гаджитами 2. Умение работать самостоятельно 3. Умение изучать материала дистанционно 4.Умение пользоваться гаджитами

**Пятница 7.05.2021 г.**

Направление деятельности	Способ	Педагог	Время	Тема краткий комментарий	Возрастная категория	Ресурс комментарий	Форма обратной связи	Результат самостоятельной работы обучающихся
футбол	Самостоятельная работа с помощью ЭОР	Бородавкин В.О.	16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>	Комплекс упражнений на контроль мяча	7-17 лет	<p>Войти в соц. сеть vk.com в сообщество «ДЮСШ с. Марьевка»                      Для проведения тренировки перейти по ссылке размещенной в сообществе                      Просмотреть и выполнить упражнения</p> <p>1. разминка футболиста  <a href="https://vk.com/videos-193592058?z=video-193592058_456239275%2Fclub193592058%2Fpl_-193592058_-2">https://vk.com/videos-193592058_456239275%2Fclub193592058%2Fpl_-193592058_-2</a></p> <p>2. упражнения на контроль мяча  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=27so3c-pioE">https://www.youtube.com/watch?v=27so3c-pioE</a></p> <p>Используя поисковую систему, выложить в группе другие варианты упражнений на координацию, а так же поделиться с товарищами по команде успехами выполнения данных упражнений.</p>	Сообщество в соц.сети vk.com	<p>1. Умение работать дистанционно</p> <p>2. Получение и анализ знаний через видео-урок</p> <p>3. Умение пользоваться гаджетами</p>

хоккей	Самостоятельная работа	Шлыков О.Н		Силовые упражнения	7-17лет	<p>1. Взять тетрадь</p> <p>2. Разработать комплекс общеразвивающие упражнения на силу пользуясь интернетом .</p> <p>3. Сделать фото.</p> <p>4. Прикрепить фото в вайбере</p>	<p>Пришли ответы в вайбере на номер 89608302946</p>	<p>1. Умение работать дистанционно</p> <p>2. Поиск, изучение и</p>
--------	------------------------	------------	--	--------------------	---------	--	---	--

						5. Выполнить комплекс упражнений на силовую подготовку	до 17.00	выполнение знаний для самостоятельной работы  3. Умение пользоваться гаджетами
футбол	Он-лайн подключение	Карлов Д.А		Упражнения на развитие гибкости	7-17 лет	Социальная сеть ВК. 1. Зайти в ВК 2. Перейти по ссылке <a href="https://yandex.ru/efir?stream_id=vp-COWFovB8Q&amp;from_block=player_context_menu_yavideo">https://yandex.ru/efir?stream_id=vp-COWFovB8Q&amp;from_block=player_context_menu_yavideo</a>  3. Выполнить упражнения 4. Фотоотчёт прислать тренеру – преподавателю на вайбер по тел. 89370730349	Отзыв после просмотра оставить в группе ВК «Футбол» до 13.00	1. Умение работать дистанционно  2. Получение и анализ знаний через видеоурок  3. Умение пользоваться гаджетами  4. Умение работать в группе
футбол	Работа с ЭОР	Благороднов Н.Н.	16.00-17.20	Футбол для начинающих	7-9 лет	Социальная сеть ВК. 1. Зайти в ВК 2. Зайти в группу «Футбол младшие» созданную тренером 3. Перейти по ссылке <a href="https://www.youtube.com/watch?v=PimfRbqROmM">https://www.youtube.com/watch?v=PimfRbqROmM</a> 4. Сделать разминку по видео 5. В группе ВК «Футбол младшие» ответить на вопросы тренера.	Ответить на вопросы тренера в группе ВК «Футбол младшие» до 19.00	1. Умение работать дистанционно  2. Получение, изучение и анализ информации.  3. Умение

						В случае отсутствия технической возможности использования электронных ресурсов пользуемся мобильной связью Instagram,		пользоваться гаджетами 4. Умение работать в группе
--	--	--	--	--	--	---	--	---

**Суббота 8.05.2021 г.**

Направление деятельности	Способ	Педагог	Время	Тема краткий комментарий	Возрастная категория	Ресурс комментарий	Форма обратной связи	Результат самостоятельной работы обучающихся
Легкая атлетика	Самостоятельная работа с помощью ЭОР	Бородавкин В.О.	16 <sup>00</sup> :17 <sup>30</sup>	Общеразвивающая тренировка	7-17 лет	<p>1. Войти в соц. сеть vk.com в сообщество «ДЮСШ с. Марьевка».</p> <p>2. Для проведения тренировки перейти по ссылке размещенной в сообществе</p> <p>3. Просмотреть и выполнить упражнения: Разминка (упражнения на растягивание мышц) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=INyi5EU1Mk">https://www.youtube.com/watch?v=INyi5EU1Mk</a> ОФП (упражнения со скакалкой) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=AuElfmLRecE">https://www.youtube.com/watch?v=AuElfmLRecE</a> СБУ (Специально-беговые упражнения) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nElt7ZRc2Fo">https://www.youtube.com/watch?v=nElt7ZRc2Fo</a> Заминка (медленный бег)</p>	Сообщество в соц.сети vk.com	<p>1. Умение работать дистанционно</p> <p>2. Получение и анализ знаний через видео-урок</p> <p>3. Умение пользоваться гаджетами</p>

хоккей	Работа с помощью ЭОР	Шлыков О.Н	14.00-15.20	Тактика игры	7-17лет	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Включить компьютер</li> <li>2. Начать кнопку поиск</li> <li>3. Перейти по ссылке <a href="http://www.offsport.ru/hockey/taktika-igry.shtml">http://www.offsport.ru/hockey/taktika-igry.shtml</a></li> <li>4. Посмотреть раздел «Отбирание шайбы»</li> <li>5. Изучить материал</li> <li>6. Зайти в вайбер обсудить тему в беседе</li> </ol>	Пришли комментарий вайбере на номер 89608302946 до 20.00	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Умение работать дистанционно</li> <li>2. Получение, изучение и анализ знаний через видеоурок</li> <li>3. Оценка и анализ игровых ситуаций</li> <li>4. Умение пользоваться гаджетами</li> </ol>
футбол	Он-лайн подключение	Карлов Д.А	10.00-11.20	Техника. Упражнения с мячом	7-17 лет	<p>Социальная сеть ВК.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Зайти в ВК</li> <li>2. Перейти по ссылке <a href="https://youtu.be/FfhcqvXCrBU">https://youtu.be/FfhcqvXCrBU</a></li> <li>3. Выполнить представленные упражнения на практике</li> </ol>	Отзыв после просмотра оставить в группе ВК «Футбол» до 13.00	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Умение работать дистанционно</li> <li>2. Получение и анализ знаний через видеоурок</li> <li>3. Умение пользоваться гаджетами</li> <li>4. Умение работать в группе</li> </ol>

