## ЗАДАНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ В ДИСТАНЦИОННОМ РЕЖИМЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ КЛУБНЫХ ОБЪЕДИНЕНИЙ ЛГ МАОУ ДО «ЦСВППДМ»

на 08 апрель 2020 года (среда)

No	Название клубного	Тема, задание	Примечание
	объединения,		_
	Ф.И.О. педагога,		
	группа		
1.	ВПК «Юнармеец»	Развитие ловкости, выносливости, обучение	
	Бурков В.Н.	приемам игры	
		Ознакомиться с видео уроками, перейдя по ссылке:	
		https://www.youtube.com/watch?v=qKmIkiRJoyA	
2.	«ПК «Обелиск»	Работа с электронной объединённой базой	
	Страхов К.М.	данных участников Великой Отечественной	
		войны «Память народа»	
		Зайти на сайт https://pamyat-naroda.ru/. Ввести	
		данные: «27 гвардейская стрелковая дивизия».	
		Ознакомиться с журналом боевых действий 27	
		гвардейской стрелковой дивизии за ноябрь – декабрь	
		1942 года. Скопировать все обнаруженные боевые	
		карты и отправить на электронную почту педагога:	
		v-strahova@mail.ru	
3.	К/о «Росинка»	Туристическими тропами по маршрутам родного	
	Штилиха Л.А.	края	
	1- 2 гр. 1 г. о.	Ознакомиться с достопримечательностями нашего	
		города, перейдя по ссылке:	
		http://biblioteka15.ru/6%20O%20gorode%20Langepase/	
		6%20Dostorimehatelinosti.htm	
	К/о «Росинка»	Ловля мяча или предметов	
	Бурков В.Н.	Подбрасывание и ловля мяча или предметов. Можно	
	1- 2 гр. 1 г. о.	выполнять с малым мячом теннисным шариком,	
		мягкой игрушкой. Подбрасывать на 1-1.5 метра.	
	К/о «Росинка»	Фольклорные праздники народов Севера	
	Яруллина Н.И.	Ознакомиться с видеоматериалом, перейдя по ссылке:	
	1 гр. 3 г.о.	https://www.youtube.com/watch?v=5KXndgyIcHM	
	К/о «Росинка»	Фольклорные праздники народов Севера	
	Яруллина Н.И.	Ознакомиться с видеоматериалом, перейдя по ссылке:	
	1 гр. 3 г.о.	https://www.youtube.com/watch?v=5KXndgyIcHM	
4.	К/о «Азбука	Цветовая гамма слайда	
	журналистики»	Ознакомиться с видеоуроком, перейдя по ссылке:	
	Яруллина Н.И.	https://www.youtube.com/watch?v=_DgT5sPPraI	
	1 гр. 1 г.о.	Изучить теоретический материал по теме, перейдя	
		по ссылке:	
		https://xn80ablbaanka7beun6ae4de9e.xnp1ai/kak-	
		sozdat-prezentaciju-v-powerpoint.html#9, пункт 9	
		«Цветовая схема слайда»	
		Самостоятельно в созданной вами презентации	
		изменить цвет фона на каждом слайде презентации.	
		Выполненное задание отправить на электронную	
	1 2	почту педагога jarullinan@mail.ru	
	1 гр. 2 г.о.	Работа в сети Интернет	
		Ознакомиться с видеоуроками, перейдя по ссылкам:	
		https://www.youtube.com/watch?v=i-SC07FwA5I	
		Изучить теоретический материал по теме, перейдя	
		по ссылке:	
		https://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D	

		40/000/00/00/504740/	
		1%8С%D0%B8/584719/, презентация «Основы работы в	
_	V\ ο Δ ο σ	интернете»	
5.	К\о «Азбука	Практикум «Создание интерактивных заданий	
	журналистики»	для юнкоров»	
	Уварова И.В.	Создать интерактивное задание по теме «Жанры	
		журналистики в примерах»	
		станционные занятия проводятся без наблюдения педагога,	
		ботки проводим до состояния минимальной усталости,	
	СОБЛЮДАЯ ОСТОРОЖНОСТЬ И ОСМОТРИТЕЛЬНОСТЬ. Во избежание возможных травм выполнение заданий рекомендуется проводить под присмотром родителей!		
6.	К/о «Стрелок»	«Отработка правильной изготовки по отношении	
0.	Милюков В.В.	к цели»	
	1 гр. 1 г.о.	Отработка положения для стрельбы сидя, нервно-	
	11p. 11.0.	мышечный контроль.	
	3 гр. 3 г.о.	*	
	3 Tp. 3 T.0.	«Отработка последовательности действий в стрельбе, контролируя ощущение на каждом	
		этапе»	
		Проработка карточки последовательности действий	
7	V\0 //To×2	стрелка при стрельбе	
7.	К\о «Тайский бокс»	Комбинационная работа в тайском боксе	
	Щекалев А.В.	• Легкая произвольная разминка (вращение в	
	1гр. 2-3 г. о.	суставах, бег на месте)	
		• Ознакомиться с видеоуроками (10 удары), перейдя	
		по ссылке:	
		https://www.youtube.com/watch?v=h4wgphV5E54&list=PLF	
	1 4.5	G8KxzP_co8FIEOyBa2uK0B-ZY16ztPZ&index=13&t=0s	
	1 гр. 4-5 г.о.	Комбинационная работа в тайском боксе	
		• Легкая произвольная разминка (вращение в	
		суставах, бег на месте)	
		•Ознакомиться с видеоуроками (10 удары), перейдя	
		по ссылке:	
		https://www.youtube.com/watch?v=h4wgphV5E54&lis	
		t=PLFG8KxzP_co8FIEOyBa2uK0B-	
		ZY16ztPZ&index=13&t=0s	
		•Закрепить информацию, проведя бой с тенью	
		несколько раундов по самочувствию.	
		Отжимания, приседания, подъем на пресс по	
		самочувствию	
8.	K/o «CKA»	Занятие по комплексу №2	
	Бурков В.Н.	Упражнения на общую группу мышц	
		https://www.youtube.com/watch?v=ySh_nUatAwA	
9.	К/о «Рукопашный бой»	«Техника борьбы», «Отработка приемов борьбы	
	Султанов М-А.Д.	(подножка, зацеп, подбив)»	
	1 гр. 1 г.о	Отработать упражнение, ознакомившись с	
		описанием подробнее пройдя по ссылке <a href="http://xn">http://xn</a>	
		86-mlc6aplz.xnp1ai/дистанционные-задания-	
		рукопашный-бо/	
10.	К/о «Туристёнок»	Общефизическая подготовка	
	Кислянская В.В.	Выполнить упражнения: на пресс 3 подхода по 30	
	1 гр. 3-4 г.о.	раз, приседания 3 подхода по 30 раз, отжимания от	
	<u> </u>	пола 3 подхода по 20 раз мальчикам, 3 подхода по 15	
		раз девочкам	
11.	К/о «Навигатор»	Специальная физическая подготовка	
11.	Хайдарова Л.А.	Просмотреть видеоурок, перейдя по ссылке:	
	•	https://www.youtube.com/watch?v=UqObMcQ9ahQ	
	1 гр. 2 г. о.	Integration with the matter and the	

		выполнить упражнения, которые можно сделать в
		домашних условиях. После разминки сделать
		упражнения: приседания (3 подхода по 20 раз), выпады
		вперед (3 подхода по 20 раз), отжимание (3 подхода по 10
		раз), «планка» (3 подхода по 30 секунд).
12.	К/о «ШИП»	Общефизическая подготовка
	Хайдарова Л.А.	Просмотреть видеоурок, перейдя по ссылке:
		https://www.youtube.com/watch?v=ithjDDD7wKQ
		выполнить упражнения, которые можно сделать
		в домашних условиях.
13.	К/о «Одиссей»	Общефизическая подготовка
	Зуй С.Б.	Упражнения для растяжки, наклоны, шпагаты.
		Сгибание, разгибания рук в упоре лёжа 3 подхода по
	1гр. 2-3 г. о.	30 раз, приседания на одной ноге по 4 подхода на
		каждую ногу по 20 раз. Планка, стойки на пальцах.
		Упражнения с гантелями и кистевым эспандером.
		Дополнительные упражнения и комплексы, а так же
		правильность выполнения, можно посмотреть здесь:
		https://vk.com/fstis
	1гр. 4-5 г. о.	Общефизическая подготовка
	1	Упражнения для растяжки, наклоны, шпагаты.
		Сгибание, разгибания рук в упоре лёжа 3 подхода по
		30 раз, приседания на одной ноге по 4 подхода на
		каждую ногу по 20 раз. Планка, стойки на пальцах.
		Упражнения с гантелями и кистевым эспандером.
		Дополнительные упражнения и комплексы, а так же
		правильность выполнения, можно посмотреть здесь:
		https://vk.com/fstis
14.	Кадетский класс	
	«Стрелковая	Основные упражнения по стрельбе. Отработка
	подготовка»	согласованных действий «функциональных
	Милюков В.В.	систем»
	6 класс 2 г.о.	В изготовке, сидя с упора, сосредоточиться, затем
	1 группа	четко проработать последовательность действий
	10	стрелка при стрельбе строго в строго определенной
		последовательности.
		Ознакомиться с информацией на ресурсе
		http://www.shooting-ua.com/books/book_379.htm
	«Рукопашный бой»	Общеразвивающие упражнения. Упражнения для
	Султанов М-А.Д.	развития силы (мышц ног, рук, туловища)
	5 класс 1 г.о.	Отработать упражнения, ознакомившись с
		подробным описанием, пройдя по ссылке
		http://xn86-mlc6aplz.xnp1ai/pукопашный-бой-
		задания-для-до-кадетск-2/
	l .	