ЗАДАНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ В ДИСТАНЦИОННОМ РЕЖИМЕ
ОБУЧАЮЩИХСЯ КЛУБНЫХ ОБЪЕДИНЕНИЙ ЛГ МАОУ ДО «ЦСВППДМ»
на 16 апреля 2020 года (четверг)

№	Название клубного объединения, Ф.И.О. педагога, группа	Тема, задание	Примечание
1.	ВПК «Юнармеец» Бурков В.Н.	**Переменно-интервальная тренировка** Ознакомиться с видеоуроками, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=MVNF73Cn2Z4	
2.	«ПК «Обелиск» Страхов К.М.	**Изучение боевых действий в районе поиска.** **Опрос свидетелей Великой Отечественной войны.** Зайти на сайт https://pikabu.ru/story/intervyu_s_uchastnikami_vov_i_truzhenikami_tyila_kak_istoricheskiy_priem_chast_1_6797927 Ознакомиться с порядком интервьюирования ветеранов. Создать анкету с вопросами к местным жителям - свидетелям боевых действий за г. Сталинград, и отправить на электронную почту педагога: v-strahova@mail.ru	
3.	К/о «Росинка» Штилиха Л.А. 3- 4 гр. 1 г.о.	**Конкурс рисунков по теме: «Достопримечательности нашего города»** Ознакомиться с достопримечательностями нашего города, перейдя по ссылке: http://biblioteka15.ru/6%20O%20gorode%20Langepase/6%20Dostorimehatelinosti.htm. Подготовить рисунок для участия в конкурсе	
4.	К/о «Росинка» Бурков В.Н. 3- 4 гр. 1 г.о.	**Общеразвивающие упражнения** Комплекс упражнений на развитие силы мышц ног. Приседания, пистолетики (приседания на одной ноге)	
	К/о «Росинка» Бурков В.Н. 3- 4 гр. 2 г.о.	**Комплекс утренней гимнастики** Выполнить комплекс утренней гимнастики, перейдя по ссылке:https://www.youtube.com/watch?v=vZw3YBL_EkE	
5.	К/о «Росинка» Кехлерова Э.Э. 3 – 4 гр. 2 г.о.	**Песенные жанры народов Севера** Ознакомление с темой на ресурсе https://www.liveinternet.ru/community/4989775/post349473250	
6.	К/о «Росинка» Яруллина Н.И. 1 гр. 4 г.о.	**Устное народное творчество Югры.** **Приметы народов Севера** Ознакомиться с видеоуроками, перейдя по ссылкам: https://www.youtube.com/watch?v=JwFbLBSmP74 https://www.youtube.com/watch?v=_IyYR1vzGS4	
	К/о «Росинка» Яруллина Н.И. 2 гр. 4 г.о.	**Устное народное творчество Югры.** **Приметы народов Севера** Ознакомиться с видеоуроками, перейдя по ссылкам: https://www.youtube.com/watch?v=JwFbLBSmP74 https://www.youtube.com/watch?v=_IyYR1vzGS4	
7.	К/о «Азбука журналистики» Яруллина Н.И. 1 гр. 2 г.о.	**Работа в сервисе Learning Apps.** **Создание интерактивных заданий** Ознакомиться с видеоуроком, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=T9IIa5oyjiY Зайти через свой аккаунт на сервис Learning Apps, ознакомиться с сервисом, видами интерактивных заданий во вкладке «Все упражнения», выполнить несколько из предложенных заданий.	

Напоминаем, что дистанционные занятия проводятся без наблюдения педагога, поэтому отработки проводим до состояния минимальной усталости, СОБЛЮДАЯ ОСТОРОЖНОСТЬ И ОСМОТРИТЕЛЬНОСТЬ. Во избежание возможных травм выполнение заданий рекомендуется проводить под присмотром родителей!			
8.	К/о «Стрелок» Милюков В.В. 1 гр. 2 г.о.	**Обработка коррекции оружия на цель на стрелковом тренажере** Проработка четкой последовательности действий стрелка в уме последовательности. Ознакомиться с материалами, перейдя по ссылке: http://www.shooting-ua.com/books/book_386.htm	
9.	К\о «Тайский бокс» Щекалев А.В. 1 гр. 1 г.о.	**Комбинационная работа в тайском боксе.** • Легкая произвольная разминка(вращение в суставах, бег на месте) • Ознакомиться с видеоуроком, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=znAUIb2rLHQ • Повторить, руководствуясь самочувствием	
	2 гр. 2-3 г.о.	**Комбинационная работа в тайском боксе.** • Легкая произвольная разминка(вращение в суставах, бег на месте) • Ознакомиться с видеоуроком, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=znAUIb2rLHQ • Повторить, руководствуясь самочувствием. • Отжимания, приседания, подъем на пресс по самочувствию	
	1 гр. 3 г.о.	**Комбинационная работа в тайском боксе.** • Легкая произвольная разминка(вращение в суставах, бег на месте) • Ознакомиться с видеоуроком, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=znAUIb2rLHQ •Повторить, руководствуясь самочувствием. • Отжимания, приседания, подъем на пресс по самочувствию	
10.	К/о «Рукопашный бой» Султанов М-А.Д. 1 гр. 1 г.о.	**«Техника борьбы», «Отработка техники ударов руками»** Отработать упражнения, ознакомившись с подробным описанием, пройдя по ссылке http://xn--86-mlc6aplz.xn--p1ai/wordpress/wp-content/uploads/2020/04/Дистанционные-задания-1-г.о.-Рукопашный-бой-1.pdf	
11.	К/о «Туристёнок» Кислянская В.В. 1 гр. 2 г.о.	**Общефизическая подготовка** Выполнить упражнения: на пресс 2 подхода по 25 раз, приседания 2 подхода по 25 раз, отжимания от пола 2 подхода по 10 раз мальчикам, 2 подхода по 8 раз девочкам	
12.	К/о «Навигатор» Хайдарова Л.А. 1 гр. 1 г.о.	**Общефизическая подготовка** Выполнить разминку, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=YArvGEk8c6c После разминки сделать упражнения: «планка» - 2 подхода по 20 сек., пресс – 3 подхода по 10 раз	
	1 гр. 3 г.о.	**Техническая подготовка туриста-спортсмена** Просмотреть видеоурок, перейдя по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=vIL-gtIev9Q Составить список основного снаряжения и отправить его	

		педагогу на вайбер.	
13.	К/о «Одиссей» Зуй С.Б. 1 гр. 1 г.о.	**Общефизическая подготовка** Сгибание, разгибания рук в упоре лёжа 3 подхода по 10 раз, приседания на одной ноге по 2 подхода на каждую ногу по 10 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	
	2 гр . 2 г.о.	**Общефизическая подготовка** 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		
	«Рукопашный бой» Султанов М-А.Д. 6 класс 2 г.о.	**Техника ударов. Отработка техники ударов руками** Отработать упражнения, ознакомившись с подробным описанием, пройдя по ссылке http://xn--86-mlc6aplz.xn--p1ai/рукопашный-бой-задания-для-до-кадетск/	
	«Спортивный туризм» Хайдарова Л.А. 6 класс 2 г.о.	**Общефизическая подготовка** Просмотреть видеоурок, перейдя по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=qnn1bwoplo0 выполнить упражнения, которые можно сделать в домашних условиях.	