ЗАДАНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ В ДИСТАНЦИОННОМ РЕЖИМЕ
ОБУЧАЮЩИХСЯ КЛУБНЫХ ОБЪЕДИНЕНИЙ ЛГ МАОУ ДО «ЦСВППДМ»
на 24 апреля 2020 года (пятница)

№	Название клубного объединения, Ф.И.О. педагога, группа	Тема, задание	Примечание
1.	«ПК «Обелиск» Страхов К.М.	**Военная археология. Порядок эксгумации незахороненных останков** Ознакомиться с порядком эксгумации незахороненных останков. Найти в Интернете на Ваш взгляд наилучший видеофильм о поиске и эксгумации незахороненных останков и выслать на электронную почту педагога: v-strahova@mail.ru	
2.	К/о «Росинка» Штилиха Л.А. 5- 6 гр. 1 г. о.	**Викторина по пройденной теме** 1.Скольким городам России присвоено звание «город-герой»? 2.Назовите «города – герои» которые вы знаете? 3.За какие заслуги они получили такое звание? Нарисовать рисунок по теме	
3.	К/о «Росинка» Бурков В.Н. 5- 6 гр. 1 г. о.	**Комплекс утренней гимнастики** Выполнить комплекс упражнений, ознакомившись с видеоуроком, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=F66kEtFD5ZA	
4.	К/о «Росинка» Кехлерова Э.Э. 5– 6 гр. 2 г. о	**Песенные жанры народов Севера** Ознакомление с темой на ресурсе https://www.liveinternet.ru/community/4989775/post349473250	
5.	К/о «Росинка» Бурков В.Н. 5- 6 гр. 2 г. о.	**Упражнения на пресс** Выполнить комплекс упражнений, ознакомившись с видео, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=q1amjMeKmhg	
6.	К/о «Азбука журналистики» Яруллина Н.И. 1 гр. 1 г.о.	**Особенности журналистского труда** Ознакомиться с видеоматериалом, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=WgGkHcvYkAA Составить тезисы по содержанию данного материала	
	К/о «Азбука журналистики» Яруллина Н.И. 1 гр. 2 г.о.	**Зачет «Презентация творческих работ»** Ссылки на созданные интерактивные задания по темам «История журналистики» и «Жанры журналистики» отправить на электронную почту педагога jarullinan@mail.ru.	
7.	К/о «Азбука журналистики» Уварова И.В.	**Редактирование материала** Отобранные материалы по памятным событиям России, из новостных лент, ведущих отечественных и региональных масс-медиа, собственный фактический материал отредактировать. В группе «Азбука журналистики» (соцсеть «ВК») провести совместную корректировку материалов. Итог работы (тектовые файлы с сопроводительными фотоматериалами и ссылки на первоисточники) отправить на электронную почту педагога grafinya682009@rambler.ru.	

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. 1 г.о.	**Обработка стандартной изготовки сидя с упора** Сидя в изготовке, сосредоточиться затем четко проработать последовательность действий стрелка при стрельбе строго определенной последовательности. Ознакомиться с информацией на ресурсе http://www.shooting-ua.com/books/book_379.htm	
9.	К\о «Тайский бокс» Щекалев А.В. 1гр. 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=8OFUbIiJGkE&t=328s • Повторить, руководствуясь самочувствием. • Отжимания, приседания, подъем на пресс по самочувствию	
	1 гр. 4-5 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=8OFUbIiJGkE&t=328s • Повторить, руководствуясь самочувствием. • Отжимания, приседания, подъем на пресс по самочувствию	
10.	К/о «СКА» Бурков В.Н.	**Приседания** Выполнить упражнения, ознакомившись с видеоуроком https://www.youtube.com/watch?v=EMCbwy7D2hg	
11.	К/о «Рукопашный бой» Султанов М-А.Д. 1 гр. 1 2.о.	**Специальные упражнения** Отработать упражнения, ознакомившись с подробным описанием, пройдя по ссылке: http://xn--86-mlc6aplz.xn--p1ai/дистанционные-задания-рукопашный-бо/	
12.	К/о «Туристёнок» Кислянская В.В. 1 гр. 3-4 г.о.	**Общефизическая подготовка** Выполнить упражнения: на пресс 3 подхода по 30 раз, приседания 3 подхода по 30 раз, отжимания от пола 3 подхода по 20 раз мальчикам, 3 подхода по 15 раз девочкам	
	1 гр. 5 г. о.	**Общефизическая подготовка** Выполнить упражнения: пресс 3 подхода по 40 раз, приседания 3 подхода по 40 раз, отжимания от пола 3 подхода по 25 раз мальчикам, 3 подхода по 20 раз девочкам	
13.	К/о «Навигатор» Хайдарова Л.А. 2 г.о.	**Общая физическая подготовка** Выполнить разминку, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=YArvGEk8c6c 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).	
	К/о «ШИП» Хайдарова Л.А. 1 гр. 3 г.о.	**Специальная подготовка** Просмотреть видеоурок, перейдя по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=ypNG-tpo99g Выписать основные виды самостраховки.	

14.	К/о «Одиссей» Зуй С.Б. 1гр. 2- 3 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	
	1гр. 4- 5 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	
15.	Кадетский класс		
	«Стрелковая подготовка» Милюков В.В. 6 класс 2 г.о. 2 группа	**Отработка стандартной изготовки.** **Работа на тренажере** -Старайтесь хорошо проводить предварительный анализ -Представление о прицеливании. Ознакомьтесь с информацией на ресурсе http://www.shooting-ua.com/books/book_379.htm	