

Дата занятия	Время	Способ обучения	Вид программы Тренер-преподаватель Группа	Тема занятия	Ресурс	Домашнее задание Срок выполнения
06.10.2021	12ч.	ЭОР.	ОФП школьников Веселый мяч1 Моисеева О.С.	Прыжки в длину. Изучение техники прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись» Ознакомление с техникой изучение отталкивания изучение сочетания разбега с отталкиванием. Прыжки в длину с места.	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=UcwoWgdECW">http://www.youtube.com/watch?v=UcwoWgdECW</a>	ЭОР. Просмотреть видео занятие. К следующему уроку прислать фото прыжка в длину с места
11.10.2021	2ч.					
13.10.2021	1ч.	ЭОР.	ОФП школьников Веселый мяч1 Моисеева О.С.	Совершенствование техники метания мяча. Метание мяча на дальность	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=0GalavwdShs">http://www.youtube.com/watch?v=0GalavwdShs</a>	ЭОР. Просмотреть видео занятие. К следующему уроку прислать фото техники метания мяча на дальность
18.10.2021	2ч.					

Дата занятия	Время	Способ обучения	Вид программы Тренер-преподаватель Группа	Тема занятия	Ресурс	Домашнее задание Срок выполнения
05.10.2021	2ч.	ЭОР.	ОФП школьников Веселый мяч2 Моисеева О.С.	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Бег в чередовании с ходьбой. Челночный бег 3х10м.	<a href="http://www.youtube.com/watch?v=t552Rrld8J4">http://www.youtube.com/watch?v=t552Rrld8J4</a> <a href="http://www.youtube.com/watch?v=cEcOBFRS9Ew">http://www.youtube.com/watch?v=cEcOBFRS9Ew</a>	ЭОР. Просмотреть видео занятие. К следующему уроку прислать фото техники выполнения челночного бега
07.10.2021	2ч.	ЭОР.	ОФП школьников Веселый мяч2 Моисеева О.С.	Прыжки в длину. Изучение техники прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись» Ознакомление с техникой изучения отталкивания изучение сочетания разбега с отталкиванием. Прыжки в длину с места.	<a href="https://zen.yandex.ru/media/id/5fc209dde2121e5f87695082/tehnika-pryjka-v-dlinu-s-mesta--4-kanal--gorod-na-sporte-610b116e155f3647b1b01c68">https://zen.yandex.ru/media/id/5fc209dde2121e5f87695082/tehnika-pryjka-v-dlinu-s-mesta--4-kanal--gorod-na-sporte-610b116e155f3647b1b01c68</a>	ЭОР. Просмотреть видео занятие. К следующему уроку прислать фото прыжка в длину с места
12.10.2021	2ч.					
14.10.2021	1ч.	ЭОР.	ОФП школьников Веселый мяч2 Моисеева О.С.	Совершенствование техники метания мяча. Метание мяча на дальность	<a href="http://ok.ru/video/357546135965">http://ok.ru/video/357546135965</a>	ЭОР. Просмотреть видео занятие. К следующему уроку прислать фото техники метания мяча на дальность