

**Календарный учебный график объединения «Лыжные гонки»
на октябрь.
2 г.об. (3-7 кл) Группа 1**

Расписание занятий:

Среда 11.20-13.00 (онлайн 11.20-11.40),

Пятница 11.20-13.00 (онлайн 11.20-11.40).

Место проведения занятия: дистанционно

№ п. п.	Дата проведения	Тема занятия (содержание)	Всего часов	Форма занятия	Форма контроля	Ссылки
1	6.10	Физическая нагрузка и ЧСС	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/main/194610/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
2	8.10	Бег на короткие дистанции	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
3	13.10	Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7132/main/261742/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
4	15.10	Круговая тренировка	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/main/90485/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385

5	20.10	Имитация лыжных ходов.	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://us04web.zoom.us/j/5608992388?pwd=QjdkMXlrTE9ndm11YUZtRXdRWdUjUT09 Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
6	22.10	Бег на средние дистанции	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3524/main/171035/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
7	27.10	Физические качества	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/main/168948/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385

Календарный учебный график объединения «Лыжные гонки»

на октябрь

1 г.об. (1 кл) Группа 2

Расписание занятий:

Понедельник 13.45 -14.30 (онлайн13.45-13.55),

Среда 13.45 -14.30 (онлайн13.45-13.55),

Место проведения занятия: дистанционно

№ п. п.	Дата проведения	Тема занятия (содержание)	Всего часов	Форма занятия	Форма контроля	Ссылки
1	4.10	Скорость, ловкость и сноровка	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/main/193462/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
2	6.10	Режим дня.	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
3	13.10	Утренняя зарядка	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/main/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
4	18.10	Закаливание	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/main/169002/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
5	20.10	Физические качества	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/main/168948/ Идентификатор конференции: 560 899

						2388 Код доступа: 272385
6	25.10	Круговая тренировка	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/main/90485/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
7	27.10	Физическая нагрузка и ЧСС	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/main/194610/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385

**Календарный учебный график объединения «Лыжные гонки» на
Октябрь
2 г.об. (2-5 кл) Группа 3**

Расписание занятий:

Вторник 13.45-15.25 (онлайн 13.45-14.00),

Четверг 13.45-15.25 (онлайн 13.45-14.00)

Место проведения занятия: дистанционно

№ п. п.	Дата проведения	Тема занятия (содержание)	Всего часов	Форма занятия	Форма контроля	Ссылки
1	5.10	Физические качества	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/main/168948/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
2	7.10	Круговая тренировка	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/main/90485/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
3	12.10	Бег на короткие дистанции	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
4	14.10	Имитация лыжных ходов.	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://us04web.zoom.us/j/5608992388?pwd=Qjd kMXlrTE9ndm11YUZtRXdRWdRWWdjUT09 Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385

5	19.10	Бег на средние дистанции	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3524/main/171035/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
6	21.10	Наблюдаем за развитием	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6185/main/224379/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
7	26.10	Развитие выносливости.	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6189/main/195126/ Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385
8	28.10	Имитация лыжных ходов	2	Электронный кейс, зум	Фото и видео	https://us04web.zoom.us/j/5608992388?pwd=QjdkMXlrTE9ndm11YUZtRXdRWXdjUT09 Идентификатор конференции: 560 899 2388 Код доступа: 272385