

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ МБОУДО "Центр Гранит"

с 15.11.2021 г. по 20.11.2021 г.
Педагог ДО – Зарипов Р.Р.

Дата	Время (указать при условии онлайн- подключения)	Способ реализации	Наименование программы (год обучения)	Тема	Ресурс/ссылка
15.11	14.40-15.10	Учебные занятия по заданию педагога	« Культура здоровья» 3г.о.	Правиласудейства в дзюдо. Запрещенные действия в дзюдо и объявляемые судьями наказания за них.	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://www.judo.ru/33 https://minsport.gov.ru/2020/docs/new%20files/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%BE%D0%B2%20%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B0/PravilaDzudo_11032020%20(3).pdf В контакте: https://vk.com/judotlt
15.11	15.35-16.05 16.15-16.45	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Дзюдо: Техника бросков и захватов (сковывание)	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://samsebevojn.ru/boevye-iskusstva/broski-i-priemy-dzyudo.html В контакте: https://vk.com/judotlt

15.11	17.15-17.45 17.55 -18.25	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Основные понятия техники и тактики в дзюдо	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке: https://sport.wikireading.ru/5379 В контакте: https://vk.com/judotlt
15.11	18.55-19.25	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 6г.о .	Комплекс ОФП в домашних условиях для развития физических качеств юного борца дзюдоиста. Растягивающие упражнения.	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12865119721119808985&parent-reqid=1586411118989190-1556982090463485429600334-prestable-app-host-sas-web-yp-176&path=wizard&text=%3Areviews+video%2Fru+c%2Fофп-для-дзюдо В контакте: https://vk.com/judotlt
16.11	16.00-16.30 16.40-17.10	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Методика обучения двигательным действиям в дзюдо	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://pandia.ru/text/81/085/51448.php В контакте: https://vk.com/judotlt
16.11	17.40-18.10 18.20-18.50	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о	Развитие скоростно-силовых качеств у дзюдоистов на начальном этапе подготовки. С помощью резинного жгута (описание видео урок). Растягивающие упражнения	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке http://dzud.blogspot.com/p/blog-page_20.html В контакте: https://vk.com/judotlt
17.11	14.40-15.10	Учебные занятия по заданию педагога	« Культура здоровья» 3г.о.	Причина возникновения травм и ушибов на занятиях дзюдо Правила предупреждения травматизма.	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 https://youtu.be/43DNfooMRI8 В контакте: https://vk.com/judotlt

17.11	15.35-16.05 16.15-16.45	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Спортивно-силовые упражнения (в виде комплексов тренировочных заданий).	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2018/10/03/dopolnitelnaya-obshcherazvivayushchaya-programma-dzyudo В контакте: https://vk.com/judotlt
17.11	17.15-17.45 17.55-18.25	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Имитация приемов на месте, комплекс круговой тренировки (фронтально) на развитие силовых способностей юных дзюдоистов. Растягивающие упражнения.	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://sport.wikireading.ru/5394 В контакте: https://vk.com/judotlt
17.11	18.55-19.25	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 6г.о.	Комплекс ОФП в домашних условиях для развития физических качеств юного борца дзюдоиста. Растягивающие упражнения	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12865119721119808985&parent-reqid=1586411118989190-1556982090463485429600334-prestable-app-host-sas-web-yp-176&path=wizard&text=%3Areviews+video%2Fru+c%2Fофп-для-дзюдо В контакте: https://vk.com/judotlt
18.11	15.05-15.35	Учебные занятия по заданию педагога	«Культура здоровья» 3г.о.	Комплекс имитационных упражнений для броска в домашних условиях . Комплекс ОФП.	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке http://dzud.blogspot.com/p/blog-page_20.html
18.11	16.00-16.30 16.40-17.10	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Развитие скоростно-силовых качеств у дзюдоистов на начальном этапе подготовки. С помощью резинного жгута (описание видео урок). Растягивающие упражнения	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке http://dzud.blogspot.com/p/blog-page_20.html В контакте: https://vk.com/judotlt
18.11	17.40-18.10 18.20-18.50	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Имитация приемов на месте, комплекс круговой тренировки (фронтально) на развитие силовых способностей юных дзюдоистов. Растягивающие упражнения.	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке: https://sport.wikireading.ru/5394 В контакте: https://vk.com/judotlt

19.11	14.10-14.40 14.50-15.20	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Комплекс ОФП в домашних условиях для развития физических качеств юного борца дзюдоиста. Растягивающие упражнения.	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12865119721119808985&parent-reqid=1586411118989190-1556982090463485429600334-prestable-app-host-sas-web-yp-176&path=wizard&text=%3Areviews+video%2Fru+c%2Fофп-для-дзюдо В контакте: https://vk.com/judotlt
19.11	15.50-16.20 16.30-17.00	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Комплекс имитационных упражнений с резиной и со жгутом(подвороты)	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке http://dzud.blogspot.com/p/blog-page_20.html В контакте: https://vk.com/judotlt
19.11	17.30-18.00 18.10-18.40	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 6г.о.	Комплекс ОФП в домашних условиях для развития физических качеств юного борца дзюдоиста. Растягивающие упражнения	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12865119721119808985&parent-reqid=1586411118989190-1556982090463485429600334-prestable-app-host-sas-web-yp-176&path=wizard&text=%3Areviews+video%2Fru+c%2Fофп-для-дзюдо В контакте: https://vk.com/judotlt
19.11		Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 6г.о.	Комплекс ОФП в домашних условиях для развития физических качеств юного борца дзюдоиста. Растягивающие упражнения	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12865119721119808985&parent-reqid=1586411118989190-1556982090463485429600334-prestable-app-host-sas-web-yp-176&path=wizard&text=%3Areviews+video%2Fru+c%2Fофп-для-дзюдо В контакте: https://vk.com/judotlt

20.11	16.15-16.45 16.55-17.25	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Имитация приемов на месте, комплекс круговой тренировки (фронтально) на развитие силовых способностей юных дзюдоистов. Растягивающие упражнения.	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке: https://sport.wikireading.ru/5394 В контакте: https://vk.com/judotlt
20.11	17.55-18.25 18.35-19.05	Учебные занятия по заданию педагога	«Дзюдо-СОГ» 5г.о.	Комплекс имитационных упражнений с резиной и со жгутом(подвороты)	Подключиться к конференции Zoom https://us05web.zoom.us/j/85126907964?pwd=VFFsTTZBL2YxeHZxSIBBaG1VekhSUT09 в виду отсутствия связи смотреть по ссылке http://dzud.blogspot.com/p/blog-page_20.html В контакте: https://vk.com/judotlt