Утверждён приказом МКУ ДО «Михайловская детско-

юношеская спортивная школа» от 13.04.2020 г.

Директор МКУ ДО «МДЮСШ» _____ С.И. Карбасов

МКУ ДО «Михайловская детско-юношеская спортивная школа»

Учебно-тематический план на период обучения с применением дистанционных технологий

Предмет – лыжные гонки ФИО тренера-преподавателя Кунукпаев Игорь Бисимбаевич

Срок обучения – 13.04. – 30.04.2020 г.

Учебно-тренировочной группы 1-го года обучения

№ п/п	Темы занятия	Количество часов			Форма занятий	Форма обучения	Средства ИКТ	Ссылка на образовательные ресурсы	Форма аттестации
		Всего	Теоитерия	Практика					
1	Развитие выносливости, циклические упражнения:бег, прыжки, ходьба, ОРУ. Основы гигиены при занятии – соблюдение гигиенических норм	3	1	2	индивидуальные	Самостоятельный просмотр видеороликов, с последующим выполнением задания	Skype WHATSAPP	Группа «Лыжники» Ресурс WAHTSAPP	Просмотр видеороликов от обучающихся с фиксацией выполнения задания
2	Развитие координации движений: упражнения на равновесие: «ласточка», махи ног с опорой на одну. Бег, прыжки, ходьба, ОРУ. Подготовка места к учебному занятию, его проветривание, уборка.	3	1	2	индивидуальные	Самостоятельный просмотр видеороликов, с последующим выполнением задания	Skype WHATSAPP	Группа «Лыжники» Ресурс WAHTSAPP	Просмотр видеороликов от обучающихся с фиксацией выполнения задания
3	Развитие быстроты, ациклические	3		2	индиви	Самостоятельный просмотр	Skype	Группа	Просмотр видеоро