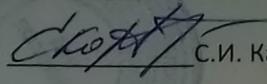


Утверждён приказом МКУ ДО «Михайловская детско-

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.

Группы 1-го и 2-го года обучения

| № п/п | Темы занятия  | Количество часов |        |          | Форма занятий  | Форма обучения   | Средства ИКТ      | Ссылка на образовательные ресурсы   | Форма аттестации  |
|-------|---|------------------|--------|----------|----------------|--|-------------------|-------------------------------------|---|
|       |   | Всего            | Теория | Практика |                |  |                   |                                     |   |
| 1     | Развитие выносливости, циклические упражнения: бег, прыжки, ходьба, ОРУ.  | 2                |        | 2        | индивидуальное | Самостоятельный просмотр видеороликов, с последующим выполнением задания | Skype<br>WHATSAPP | Группа «Лыжники»<br>Ресурс WANTSAPP | 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. | 2                |        | 2        | индивидуальное | Самостоятельный просмотр видеороликов, с последующим выполнением задания | Skype<br>WHATSAPP | Группа «Лыжники»<br>Ресурс WANTSAPP | Просмотр видеороликов от обучающихся с фиксацией выполнения задания |
| 3     | Развитие быстроты, ациклические упражнения: челночный бег, бег с короткими ускорениями, прыжки, ходьба,                   | 2                |        | 2        | индивидуальное | Самостоятельный просмотр видеороликов, с последующим выполнением         | Skype<br>WHATSAPP | Группа «Лыжники»<br>Ресурс WANTSAPP | Просмотр видеороликов от обучающихся с фиксацией                    |