

Педагог дополнительного образования Палешева Г.А. Консультации учащихся: Понедельник 15.00-16.00 по почте galina-palesheva@mail.ru (СТРОГО в указанное время и ТОЛЬКО по указанному каналу)			
Дата проведения занятия	Тема занятия (согласно календарно-тематическому планированию)	Материалы к занятию\ Электронные ресурсы	Контроль
18.05.2020	Профилактика травматизма в спорте.	Видеоматериалы и описание https://sustav.pro/travma-basketball/	Анализ видео.
19.05.2020	Техническая подготовка. Передачи одной рукой.	Видеоматериалы и описание https://www.ballgames.ru/%D0%B1%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB	Анализ, фото(видео) отчет.
20.05.2020	Специальная физическая подготовка.	Видеоматериал Ежедневный комплекс упражнений круговой тренировки, состоящей из 3 кругов по 15 повторений, отдых между упражнениями не делается, отдых между кругами- 1 минута: 1. Выпрыгивания из упорприсед 2. Сгибание разгибание рук в упоре лежа (отжимания) 3. Бег в планке 4. Подъем корпуса из положения лежа Не забудь сделать разминку перед выполнением комплекса. https://www.youtube.com/watch?v=0OFlaZOg5Gw https://www.youtube.com/watch?v=bS7i1G-lzAU	Выслать фото(видео) отчет.
21.05.2020	Техническая подготовка. Штрафной бросок.	Видеоматериалы и описание https://resh.edu.ru/subject/lesson/4969/start/79907/ Нажать «Начнем урок»	Анализ, выслать фото(видео) отчет.
22.05.2020	Техническая подготовка. Ведение мяча с высоким отскоком.	https://www.youtube.com/watch?time_continue=9&v=8T0ro2PuUuk&feature=emb_logo https://www.youtube.com/watch?time_continue=2&v=u6pAt5m_AN4&feature=emb_logo https://www.youtube.com/watch?time_continue=4&v=JwUCWp0tdCY&feature=emb_logo	Анализ, выслать фото(видео) отчет.

	Ведение мяча с низким отскоком.		
23.05.2020	Специальная физическая подготовка.	Видеоматериал Ежедневный комплекс упражнений. Выполнить 5 кругов по 30с, отдых между упражнениями не делается, отдых между кругами 50 с. https://www.youtube.com/watch?v=w4QZqeX4b_c	Анализ, выслать фото(видео) отчет.