

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
ПРОГРАММЕ «МАКСИМУМ»**

ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ

(ГРУППЫ 1.1, 2.1)

педагог дополнительного образования
Малахов М.В.

2022 год

**Календарный учебный график (дистанционного обучения)
1 год обучения**

№ п/п	Дата занятия по плану	Дата занятия по факту	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, занятие на образовательной платформе и т.д.)	Форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	Кол-во часов	Задание для детей (написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	Сроки выполнения работы	Форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1.	02.09		Проведение вводного, первичного инструктажа. ИОТ 001, 002, 004, 015, нулевой контрольный срез	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Отразить основные тезисы в памятке		Отправка основных тезисов в группу WhatsApp
2.	07.09		Ознакомление с историей ТКД в мире, в России, в Татарстане. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Тестирование
3.	09.09		Выполнение стартовых нормативов https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Рассылка заданий	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
4.	14.09		Составление режима занятия ТКД. правила ухода за формой. Ознакомление с гигиеной тела, растяжкой https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Составить режим дня		Отправка основных тезисов в группу WhatsApp
5.	16.09		Выполнение техники стойки. Моа соги. Чариот соги. Нарани соги https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUc	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
6.	21.09		Выполнение техники блока Наджио макги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
7.	23.09		Выполнение техники удара Баро Цируги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp

8.	28.09		Выполнение техники стойки Гоннун соги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
9.	30.09		Влияние занятия ТКД на умственное развитие. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
10.	05.10		Выполнение техники удара ногой Апчаолиги. https://www.youtube.com/watch?v=NhYU4w-WqI8	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
11.	07.10		Совершенствование техники удара ногой Апчаолиги. https://www.youtube.com/watch?v=NhYU4w-WqI8	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
12.	12.10		Закрепление техники удара ногой Апчаолиги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
13.	14.10		Изучение техники выполнения стойки Анон соги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
14.	19.10		Закрепление техники выполнения удара ногой Апчаги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
15.	21.10		Совершенствование техники удара Ап Чаги. https://www.youtube.com/watch?v=NhYU4w-WqI8	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
16.	26.10		Ознакомление с особенностями подготовки кисти рук. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть видеоматериал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка фото результатов в группу WhatsApp

17.	28.10		Ознакомление с принципами ТКД. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
18.	02.11		Изучение техники выполнения стойки Ниунза согн. https://www.youtube.com/watch?v=jJELZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
19.	09.11		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу цируги против часовой стрелки. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
20.	11.11		Закрепление техники выполнения туля Сазу цируги по часовой стрелке. https://www.youtube.com/watch?v=jJELZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
21.	16.11		Совершенствование техники выполнения туля Сазу цируги (на один счёт – одно движение). https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
22.	18.11		Изучение техники выполнения туля Сазу цируги (на один счёт – два движение). https://www.youtube.com/watch?v=jJELZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
23.	23.11		Ознакомление с техникой выполнения туля в балансе с дыханием, координацией, концентрацией, волной. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение туля		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
24.	25.11		Ознакомление с проведением врачебного контроля. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Рассылка заданий	2 часа	Пройти тестирование		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp

25.	30.11		Влияние занятий ТКД на нравственное и эстетическое воспитание. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Ответить на вопросы		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp
26.	02.12		Ознакомление с техникой выполнения техники удара ногой Доллю чаги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
27.	07.12		Совершенствование техники удара ногой Доллю чаги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
28.	09.12		Закрепление техники удара Доллю чаги. https://www.youtube.com/watch?v=NhYU4w-Wql8	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
29.	14.12		Изучение техники выполнения блока Сонкаль Наджимаки. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
30.	16.12		Ознакомление с техникой выполнения блока Каонди макги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
31.	15.12		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (против часовой стрелки). https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
32.	21.12		Изучение методов и форм закаливания. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Составить памятку		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp
33.	23.12		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (по часовой стрелке). https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp

34.	28.12		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (по часовой стрелке). https://www.youtube.com/watch?v=hO24.12kHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
35.	30.12		Проведение промежуточной аттестация test chto v znaete o txeqvondo/	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
36.	3.01		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги в совокупности с дыханием, волной, концентрацией. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
37.	5.01		Изучение техники выполнения удара ногой Нэрюо чаги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		Отправка основных тезисов в группу WhatsApp
38	14.01		Знакомство правилами ведения дневника самоконтроля. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
39	17.01		Составление режима питания. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
40	19.01		Ознакомление с техникой выполнения туля Чон-Зи (первая половина туля) https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
41	21.01		Закрепление техники выполнения туля Чон-Зи (вторая половина туля) https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp

42	24.01		Ознакомление с техникой выполнения туля Чон-Зи (на один счёт одно движения) https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
43	26.01		Ознакомление с техникой выполнения туля Чон-Зи (на один счёт два движения) https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
44	28.01		Ознакомление с техникой выполнения туля Чон-Зи в совокупности с дыханием, концентрацией, волной. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
45	2.02		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (по часовой стрелке). https://www.youtube.com/watch?v=hO24.12kHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
46	4.02		Знакомство с расположением ударных точек. Режим дня. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
47	9.02		Ознакомление с техникой выполнения удара ногой Коро чаги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть видеоматериал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов в группу WhatsApp
48	11.02		Совершенствование удара ногой Коро чаги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
49	16.02		Закрепление удара ногой Коро чаги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
50	18.02		Ознакомление с техникой выполнения блока Сонкаль Пальмок Дэби макги.	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp

			https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY			хостинге YouTube		
51	25.02		Закрепление техники выполнения блока Сонк Пальмок Дэби макги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
52	2.03		Ознакомление с техникой выполнения блока Чуки макги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUuc	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
53	4.03		Ознакомление с техникой выполнения удара руки Сонкаль Териги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
54	9.03		Предупреждение травм на занятиях.	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение туля		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
55	11.03		Ознакомление с техникой выполнения тули Дан Гун (на один счёт одно движение) https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
56	16.03		Ознакомление с техникой выполнения тули Дан Гун (на один счёт два движение) https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Ответить на вопросы		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
57	18.03		Изучение выполнения тули Дан Гун в совокупности с равновесием, расслаблением, напряжением, концентрацией, дыханием и «волной» https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Рассылка заданий	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
58	23.03		Ознакомление с техникой выполнения удара ногой Ёпча цируги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp

			OkHoFp0RRY Целевой инструктаж					
59	25.03		Совершенствование техники удара ногой Ёпча циркуги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка фото результатов в группу WhatsApp
60	30.03		Закрепление техники удара ногой Ёпча циркуги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
61	1.04		Ознакомление с техникой Мао соги. Три повторных атаки – Ганан Со Ап Чумок Каонди циркуги. Три повторных защиты Ганан Ап Пальмок макги. Ответная атака – Ганон Соап Чумок Банда Каонди циркуги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
62	6.04		Оказание первой медицинской помощи.	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
63	8.04		Проведение беседы о Философии и Хартии ТКД. Повторный инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Составить памятку		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
64	13.04		Ознакомление с техникой Спарринга. Стойка – перемещение. Основная стойка, боевая стойка, шаг вперёд, шаг назад, основные передвижения https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
65	15.04		Совершенствование спарринговой техники: иммитация ударов руками; отдельно ногами; имитация ударов руками и ногами. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp

			JEIZysXyR0					
66	20.04		Закрепление спарринговой техники – стратегия: с места на стоящего противника, с места на сближающего противника, отшагивая назад. https://newsomsk.ru/class/news/78053-3-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
67	29.04		Закрепление техники удара ногой Ёпча цируги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Анализ, обсуждение, практическая работа Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
68	4.05		Ознакомление с техникой выполнения удара ногой Ёпча цируги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFpORRY Целевой инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp
69	6.05		Проведение промежуточной аттестация test_chno_v_znaete_o_txekvondo/	Форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		
70	18.05		Закрепление техники удара ногой Ёпча цируги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
71	20.05		Итоговые контрольные нормативы. Зачёт. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0 Целевой инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp
72	23.05		Виртуальная экскурсия «Спорт и здоровье в летние каникулы»	Видеоконференция через приложение Zoom				
	ИТОГО				144 ч			

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Дата занятия по плану	Дата занятия по факту	Тема и ресурс (учебник (страница, параграф, и т.п.), презентация, занятие на образовательной платформе и т.д.)	Форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	Кол-во часов	Задание для детей (написать конспект, ответить на вопросы и т.д.)	Сроки выполнения работы	Форма сдачи заданий (телефон, почта и т.д.)
1.	03.09		Проведение вводного, первичного инструктажа. ИОТ 001, 002, 004, 015, нулевой контрольный срез	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Отразить основные тезисы в памятке		Отправка основных тезисов в группу WhatsApp
2.	07.09		Ознакомление с историей ТКД в мире, в России, в Татарстане. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Тестирование
3.	09.09		Выполнение стартовых нормативов https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Рассылка заданий	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
4.	10.09		Составление режима занятия ТКД, правила ухода за формой. Ознакомление с гигиеной тела, растяжкой https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Составить режим дня		Отправка основных тезисов в группу WhatsApp
5.	14.09		Выполнение техники стойки. Моа соги. Чариот соги. Нарани соги https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUuc	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
6.	16.09		Выполнение техники блока Наджио макги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFpORRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
7.	17.09		Выполнение техники удара Баро Цируги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFpORRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp

8.	21.09		Выполнение техники стойки Гоннун соги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
9.	23.09		Влияние занятия ТКД на умственное развитие. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
10.	24.09		Выполнение техники удара ногой Апчаолиги. https://www.youtube.com/watch?v=NhYU4w-Wql8	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
11.	28.09		Совершенствование техники удара ногой Апчаолиги. https://www.youtube.com/watch?v=NhYU4w-Wql8	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
12.	30.09		Закрепление техники удара ногой Апчаолиги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUuc	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
13.	01.10		Изучение техники выполнения стойки Анон соги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
14.	05.10		Закрепление техники выполнения удара ногой Апчаги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
15.	07.10		Совершенствование техники удара Ап Чаги. https://www.youtube.com/watch?v=NhYU4w-Wql8	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
16.	08.10		Ознакомление с особенностями подготовки кисти рук. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть видеоматериал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка фото результатов в группу WhatsApp
17.	12.10		Ознакомление с принципами ТКД. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp

18.	14.10		Изучение техники выполнения стойки Ниунза соги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
19.	15.10		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу цируги против часовой стрелки. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
20.	19.10		Закрепление техники выполнения туля Сазу цируги по часовой стрелке. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
21.	21.10		Совершенствование техники выполнения туля Сазу цируги (на один счёт – одно движение). https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFpORRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
22.	22.10		Изучение техники выполнения туля Сазу цируги (на один счёт – два движение). https://www.youtube.com/watch?v=jJEIZysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
23.	26.10		Ознакомление с техникой выполнения туля в балансе с дыханием, координацией, концентрацией, волной. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение туля		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
24.	28.10		Ознакомление с проведением врачебного контроля. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Рассылка заданий	2 часа	Пройти тестирование		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
25.	29.10		Влияние занятий ТКД на нравственное и эстетическое воспитание. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Ответить на вопросы		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp

26.	02.11		Ознакомление с техникой выполнения техники удара ногой Доллийо чаги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
27.	09.11		Совершенствование техники удара ногой Доллийо чаги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
28.	11.11		Закрепление техники удара Доллийо чаги. https://www.youtube.com/watch?v=NhYU4w-Wql8	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
29.	12.11		Изучение техники выполнения блока Сонкаль Наджимакки. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
30.	16.11		Ознакомление с техникой выполнения блока Каонди макги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
31.	18.11		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (против часовой стрелки). https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
32.	19.11		Изучение методов и форм закаливания. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Составить памятку		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp
33.	23.11		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (по часовой стрелке). https://www.youtube.com/watch?v=hO24.12kHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
34.	25.11		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (по часовой стрелке). https://www.youtube.com/watch?v=hO24.12kHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp

35.	26.11		Проведение промежуточной аттестация test_chno_v_znaete_o_txekvondo/	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
36.	30.11		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу маки в совокупности с дыханием, волной, концентрацией. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
37.	02.12		Изучение техники выполнения удара ногой Нэрой чаги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		Отправка основных тезисов в группу WhatsApp
38	03.12		Знакомство правилами ведения дневника самоконтроля. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
39	07.12		Составление режима питания. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
40	09.12		Ознакомление с техникой выполнения туля Чон-Зи (первая половина туля) https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
41	10.12		Закрепление техники выполнения туля Чон-Зи (вторая половина туля) https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
42	14.12		Ознакомление с техникой выполнения туля Чон-Зи (на один счёт одно движения) https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
43	16.12		Ознакомление с техникой выполнения туля Чон-Зи (на один счёт два движения) https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp

			=WJsuIpyWUUC					
44	17.12		Ознакомление с техникой выполнения туля Чон-Зи в совокупности с дыханием, концентрацией, волной. https://www.youtube.com/watch?v=JsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
45	21.12		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (по часовой стрелке). https://www.youtube.com/watch?v=hO24.12kHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
46	23.12		Знакомство с расположением ударных точек. Режим дня. https://www.youtube.com/watch?v=JsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
47	24.12		Ознакомление с техникой выполнения удара ногой Коро чаги. https://www.youtube.com/watch?v=JsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть видеоматериал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов в группу WhatsApp
48	28.12		Совершенствование удара ногой Коро чаги. https://www.youtube.com/watch?v=JsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
49	30.12		Закрепление удара ногой Коро чаги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
50	06.01		Ознакомление с техникой выполнения блока Сонкаль Пальмок Дэби макги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
51	11.01		Закрепление техники выполнения блока Сонк Пальмок Дэби макги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp

52	13.01		Ознакомление с техникой выполнения блока Чуки макги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
53	14.01		Ознакомление с техникой выполнения удара руки Сонкаль Териги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-53-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
54	18.01		Предупреждение травм на занятиях.	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение туля		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
55	20.01		Ознакомление с техникой выполнения тули Дан Гун (на один счёт одно движение) https://newsomsk.ru/class/news/78053-53-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
56	21.01		Ознакомление с техникой выполнения тули Дан Гун (на один счёт два движение) https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Ответить на вопросы		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
57	25.01		Изучение выполнения тули Дан Гун в совокупности с равновесием, расслаблением, напряжением, концентрацией, дыханием и «волной» https://newsomsk.ru/class/news/78053-53-	Рассылка заданий	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
58	27.01		Ознакомление с техникой выполнения удара ногой Ёпча цируги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY Целевой инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
59	28.01		Совершенствование техники удара ногой Ёпча цируги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-53-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка фото результатов в группу WhatsApp
60	01.02		Закрепление техники удара ногой Ёпча цируги.	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp

			https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0	приложение Zoom		хостинге YouTube		
61	03.02		Ознакомление с техникой Мао соги. Три повторных атаки – Ганан Со Ап Чумок Каонди чируги. Три повторных защиты Ганан Ап Пальмок макги. Ответная атака – Ганон Соап Чумок Банда Каонди чируги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
62	04.02		Оказание первой медицинской помощи.	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
63	8.02		Проведение беседы о Философии и Хартии ТКД. Повторный инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Составить памятку		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
64	10.02		Ознакомление с техникой Спарринга. Стойка – перемещение. Основная стойка, боевая стойка, шаг вперёд, шаг назад, основные передвижения https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
65	11.02		Совершенствование спарринговой техники: иммитация ударов руками; отдельно ногами; имитация ударов руками и ногами. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
66	15.02		Закрепление спарринговой техники – стратегия: с места на стоящего противника, с места на сближающего противника, отшагивая назад. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp

67	17.02		Закрепление техники удара ногой Ёпча циркуги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Анализ, обсуждение, практическая работа Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
68	18.02		Ознакомление с техникой выполнения удара ногой Ёпча циркуги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY Целевой инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp
69	22.02		Проведение промежуточной аттестация test_chno_v_znaete_o_txekvondo/	Форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		
70	24.02		Закрепление техники удара ногой Ёпча циркуги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
71	25.02		Итоговые контрольные нормативы. Зачёт. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0 Целевой инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp
72	01.03		Виртуальная экскурсия «Спорт и здоровье в весенние каникулы»	Видеоконференция через приложение Zoom				
73	03.03		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (по часовой стрелке). https://www.youtube.com/watch?v=hO24.12kHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
74	04.03		Знакомство с расположением ударных точек. Режим дня. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
75	10.03		Ознакомление с техникой выполнения удара ногой Коро чаги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть видеоматериал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов в группу WhatsApp

76	11.03		Совершенствование удара ногой Коро чаги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
77	15.03		Закрепление удара ногой Коро чаги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
78	17.03		Ознакомление с техникой выполнения блока Сонкаль Пальмок Дэби макги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
79	18.03		Закрепление техники выполнения блока Сонк Пальмок Дэби макги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
80	22.03		Ознакомление с техникой выполнения блока Чуки макги. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
81	24.03		Ознакомление с техникой выполнения удара руки Сонкаль Териги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
82	25.03		Предупреждение травм на занятиях.	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение туля		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
83	29.03		Ознакомление с техникой выполнения тули Дан Гун (на один счёт одно движение) https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Пройти тестирование		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
84	31.03		Ознакомление с техникой выполнения тули Дан Гун (на один счёт два движение) https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Ответить на вопросы		Отправка видеоролика в группу WhatsApp

85	01.04		Изучение выполнения тули Дан Гун в совокупности с равновесием, расслаблением, напряжением, концентрацией, дыханием и «волной» https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Рассылка заданий	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
86	05.04		Ознакомление с техникой выполнения удара ногой Ёпча цируги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY Целевой инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
87	07.04 08.04 12.04		Совершенствование техники удара ногой Ёпча цируги. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка фото результатов в группу WhatsApp
88	14.04 15.04 19.04		Закрепление техники удара ногой Ёпча цируги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
89	21.04		Ознакомление с техникой Мао соги. Три повторных атаки – Ганан Со Ап Чумок Каонди цируги. Три повторных защиты Ганан Ап Пальмок макги. Ответная атака – Ганон Соап Чумок Банда Каонди цируги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
90	22.04 26.04		Оказание первой медицинской помощи.	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
91	28.04		Проведение беседы о Философии и Хартии ТКД. Повторный инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Составить памятку		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
92	29.04		Ознакомление с техникой Спарринга. Стойка – перемещение. Основная стойка, боевая стойка, шаг вперед, шаг	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp

			назад, основные передвижения https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0					
93	06.05		Совершенствование спарринговой техники: иммитация ударов руками; отдельно ногами; имитация ударов руками и ногами. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp
94	12.05		Закрепление спарринговой техники – стратегия: с места на стоящего противника, с места на сближающего противника, отшагивая назад. https://newsomsk.ru/class/news/78053-	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
95	13.05		Закрепление техники удара ногой Ёпча циркуги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Анализ, обсуждение, практическая работа Отправка основных тезисов видеоролика в группу WhatsApp		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
96	17.05		Ознакомление с техникой выполнения удара ногой Ёпча циркуги. https://www.youtube.com/watch?v=hOkHoFpORRY Целевой инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp
97	19.05		Проведение промежуточной аттестация test_chno_v_znaete_o_txekvondo/	Форма проведения (рассылка заданий, видеоконференция и т.д.)	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		
98	20.05		Закрепление техники удара ногой Ёпча циркуги. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка скриншот результатов в группу WhatsApp
99	24.05		Итоговые контрольные нормативы. Зачёт. https://www.youtube.com/watch?v=jJEIzysXyR0 Целевой инструктаж	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp

100	26.05		Виртуальная экскурсия «Спорт и здоровье в летние каникулы»	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Выполнение заданий онлайн через приложение Zoom		Отправка скриншот результатов (ответы на вопрос) в группу WhatsApp
101	27.05		Ознакомление с техникой выполнения туля Сазу макги (по часовой стрелке). https://www.youtube.com/watch?v=hO24.12kHoFp0RRY	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
102	31.05		Аттестация по завершению реализации программы. https://www.youtube.com/watch?v=WJsuIpyWUUC	Видеоконференция через приложение Zoom	2 часа	Просмотреть теоретический материал по теме на видео хостинге YouTube		Отправка видеоролика в группу WhatsApp
	Итого				216 ч			