

## Расписание

### дистанционных занятий для учащихся МАУ «СШ «Титан» на период с 1 по 12 апреля 2020 года

№ п/п	Ф.И.О. педагога	Объединение/ группа	Дата	Дистанционное задание	Форма контроля
1	Хайрутдинов Р.Р.	Лыжные гонки ТСС-5	14.04	Имитация классических лыжных ходов. Видеоурок в WhatsApp	Фототчет по WhatsApp
			15.04	Необходимые сведения о строении и функции организма человека. Теоретическое занятие WhatsApp	Фототчет по WhatsApp
			16.04	Общая физическая подготовка силовая работа на все группы мышц. <a href="http://youtu.be/rbt1id13ffy">http://youtu.be/rbt1id13ffy</a>	Фототчет по WhatsApp
			17.04	Правила соревнований по лыжным гонкам . Раздел Б соревнования по лыжным гонкам.(18;21-25) <a href="http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf">http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf</a>	Обсуждение по WhatsApp
			18.04	Техническая тренировка имитация коньковых лыжных ходов	Фототчет по WhatsApp
		19.04	Правила соревнований по лыжным гонкам. Раздел В Разделы соревнований (30 спринт). <a href="http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf">http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf</a>	Обсуждение по WhatsApp	
		21.04	Общая физическая подготовка. Упражнения на укрепление группы мышц кора. <a href="http://youtu.be/1b4dcVobuwm">http://youtu.be/1b4dcVobuwm</a>	Фототчет по WhatsApp	
		22.04	Правила соревнований по лыжным гонкам. Раздел Г соревнования и участники (33-35,37,39)	Обсуждение по WhatsApp	
		23.04	Кардиотренировка дома. <a href="http://youtu.be/vbHfdvgfak">http://youtu.be/vbHfdvgfak</a>	Фототчет по WhatsApp	
		24.04	Имитация классических лыжных ходов. Видеоурок в WhatsApp	Фототчет по WhatsApp	
		25.04	Необходимые сведения о строении и функции организма человека. Теоретическое занятие WhatsApp	Фототчет по WhatsApp	
		26.04	Общая физическая подготовка силовая работа на все группы мышц. <a href="http://youtu.be/rbt1id13ffy">http://youtu.be/rbt1id13ffy</a>	Фототчет по WhatsApp	
		28.04	Правила соревнований по лыжным гонкам . Раздел Б соревнования по лыжным гонкам.(18;21-25) <a href="http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf">http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf</a>	Обсуждение по WhatsApp	
		29.04	Техническая тренировка имитация коньковых лыжных ходов	Фототчет по WhatsApp	
		30.04	Правила соревнований по лыжным гонкам. Раздел В Разделы соревнований (30 спринт). <a href="http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf">http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf</a>	Обсуждение по WhatsApp	
		ТСС-3	14.02	Правила соревнований по лыжным гонкам . Раздел Б соревнования по лыжным гонкам.(18;21-25) <a href="http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf">http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf</a>	Фототчет по WhatsApp
			15.04	Общая физическая подготовка. Упражнения на укрепление группы мышц кора. <a href="http://youtu.be/1b4dcVobuwm">http://youtu.be/1b4dcVobuwm</a>	Фототчет по WhatsApp
			16.04	Спортивное питание спортсмена для лыжников-гонщиков информация в группе WhatsApp.	Фототчет по WhatsApp

		18.04	Кардиотренировка дома. <a href="http://youtu.be/vbHfdvgfak">http://youtu.be/vbHfdvgfak</a>	Фототчет по WhatsApp
		19.04	Правила соревнований по лыжным гонкам. Раздел Г соревнования и участники (33-35,37,39) <a href="http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf">http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf</a>	Фототчет по WhatsApp
		20.04	Техническая тренировка имитация классических лыжных ходов видео в группе WhatsApp	Фототчет по WhatsApp
		22.04	Общая физическая подготовка. Упражнения на укрепление группы мышц кора. <a href="http://youtu.be/1b4dcVobuwm">http://youtu.be/1b4dcVobuwm</a>	Фототчет по WhatsApp
		23.04	Общая физическая подготовка силовая работа на все группы мышц. <a href="http://youtu.be/rbt1id13ffy">http://youtu.be/rbt1id13ffy</a>	Фототчет по WhatsApp
		25.04	Правила соревнований по лыжным гонкам . Раздел Б соревнования по лыжным гонкам.(18;21-25) <a href="http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf">http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf</a>	Фототчет по WhatsApp
		26.04	Техническая тренировка имитация коньковых лыжных ходов	Фототчет по WhatsApp
		28.04	Правила соревнований по лыжным гонкам. Раздел В Разделы соревнований (30 спринт). <a href="http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf">http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf</a>	Фототчет по WhatsApp
		29.04	Правила соревнований по лыжным гонкам . Раздел Б соревнования по лыжным гонкам.(18;21-25) <a href="http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf">http://www.flgr.ru/files/pudilcations/3882pdf</a>	Фототчет по WhatsApp
		30.04	Общая физическая подготовка. Упражнения на укрепление группы мышц кора. <a href="http://youtu.be/1b4dcVobuwm">http://youtu.be/1b4dcVobuwm</a>	Фототчет по WhatsApp