

**Расписание занятий «Лыжные гонки»**

Педагог: **Маньшин Александр Петрович**, 2 раза в неделю 2 группы по 3 часа

<b>Дата</b>	<b>Группа</b>	<b>Время</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Вид деятельности</b>	<b>Ресурс</b>	<b>Домашнее задание</b>
07.12.2020	1	18.00-18.30	1. Попеременный двушажный ход. Скользящий шаг под уклон без палок (работа ног). Скользящий шаг с палками (работа рук).	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере	Доклад, реферат. Прислать в группу в вайбер. Выполнение практических заданий.
		18.40-19.10		Самостоятельная работа	Пройти по ссылке и посмотреть видеоурок <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3482/conspect/191036/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3482/conspect/191036/</a>	
08.12.2020	2	18.00-18.30	1. Попеременный двушажный ход. Скользящий шаг под уклон без палок (работа ног). Скользящий шаг с палками (работа рук).	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере	
		18.40-19.10		Самостоятельная работа	Пройти по ссылке и посмотреть видеоурок <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3482/conspect/191036/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3482/conspect/191036/</a>	
09.12.2020	1	18.00-18.30	1. Попеременный двушажный ход: повторяем отталкивание ногой, скользящий шаг, работу рук под уклон. Дистанция 2-4км. Спуск с горы в основной стойке.	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере	
		18.40-19.10		Самостоятельная работа	Пройти по ссылке и посмотреть видеоурок <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/conspect/189502/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/conspect/189502/</a>	
10.12.2020	2	18.00-18.30	1. Попеременный двушажный ход: повторяем отталкивание ногой, скользящий шаг, работу рук под уклон. Дистанция 2-4км. Спуск с горы в основной стойке.	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере	
		18.40-19.10		Самостоятельная работа	Пройти по ссылке и посмотреть видеоурок <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/conspect/189502/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/conspect/189502/</a>	