Задание для обучающихся с применением дистанционных

 Образовательных технологий и электронного обучения.

Дата: 30.10.20г.

Группа: Б-18. третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятий:1. Стойка волейболиста. 2.Передвижение в стойке.

Форма занятий: Практическая.

Содержание занятия: Показать жесты судей: 1-замена.2-двойной приём.3-аут.

Задание для обучающихся: 1. Выполнить стойку волейболиста. 2. Выполнить передвижение в стойке: В перёд , в право, лево, назад.

3. Знать виды стойки волейболиста ( три вида)

Форма отчёта: Видео.romanovvikk2016@yandex.ru 8 965 531 89 95. 8 950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением

 Дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Дата:5.11.20.

Группа: 18. Третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Стойка баскетболиста, передвижение в стойке в право влево.

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия:1.Назвать виды стоек. 2.Для чего необходимы стойки баскетболиста?

Задание для обучающихся: Принять стойку баскетболиста 4р. Передвижение в стойке в перёд ,в право, лево, назад 4 раза. Форма отчета: Фото. Видео. romanovvik2016@yandex.ru 8 965 531 89 95

8.950.558.52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных

 Образовательных технологий и электронного обучения.

Дата:9.11.20.

Группа: Б-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Верхняя прямая подача при игре в волейбол.( имитация)

Форма занятия: практическая.

Содержание занятия: Показать жесты судей: 1. Заступ. 2.Двойной приём.

Задание для обучающихся: 1. Выполнить разминку. 2.Выполнить 5- Имитаций верхней

Прямой подачи.

Форма отчета: Фото.Видео.romanovvik2016@yandex.ru 8 965 531 89 85. 8 950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 технологий и электронного обучения.

Дата:10.11.20.

Группа : Б-18- третий курс.

Учебная дисциплина : Физическая культура.

Тема занятия: Верхняя прямая подача в прыжке на месте. ( имитация)

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия : Показать жесты судей: 1. Замена. 2.Минутный перерыв.

Задание для обучающихся: 1.Разминка. 2. Показать 3-4 имитации верхней прямой подачи

Стоя на месте в прыжке. Форма отчёта: Видео. Фото.romanovvikk2016@yandex.ru 8.965 531 89 95.

8. 050.558. 52. 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 Технологий и электронного обучения.

Дата: 11. 11.20.

Группа: Б-18- третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Верхняя прямая подача с 3-4 шагов разбега. ( Имитация )

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия: 1. Назвать виды верхней прямой подачи.

Задание для обучающихся: 1. Разминка. 2. Выполнить имитацию верхней прямой подачи

С трёх, четырёх шагов разбега.

Форма отчёта: Видео. Фото.romanovvikk2016@yandex.ru 8.865 531 89 95.8. 950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 технологий и электронного обучения.

Дата:23.11.20.

Группа: Б-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Приём мяча снизу двумя руками. ( имитация )

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия: 1. Выполнение приёмов с низу двумя руками.

Задание для обучающихся: 1.Назвать виды приёмов мяча снизу.

2.Показать 4- приёма с низу.( имитация)

Форма отчёта: Видео. Фото.romanovvikk2016@yandex.ru 8. 950 558 52 58. 8.965 631 89 95.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 технологий и электронного обучения.

Дата:26.11.20.

Группа: Б-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Нижняя прямая подача.

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия:1. Для чего существует нижняя прямая подача ?

Задание для обучающихся:1. Выполнить имитацию нижней прямой подачи.

2. Рассказать о технике выполнения Н.П. Подачи?

Форма отчёта :Видео. Фото. romanovvikk2016@yandex.ru 8.965 531 89 95. 8.950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 Технологий и электронного обучения.

Дата: 21.10.20.

Группа: Б-18 третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Техника безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Высокий старт. Стартовые команды.

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия: Выполнить бег на месте с высоким подниманием бедра

3 раза по 30 сек. С перерывом 30 сек.

Задание для обучающихся: 1. Выполнить стартовые команды при высоком старте. ( знать отличие команд низкого и высокого старта )

 2. Выполнить 5 выбеганий с высокого старта. ( назвал команду, выполнил)

Форма отчета: Фото. Видео. romanovvik2016@yandex.ru 8 965 531 89 95. 8 950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 технологий и электронного обучения.

Дата: 3.12.20.

Группа: Б-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Переход с одновременных лыжных ходов на попеременные.

2.Техника безопасности при занятиях лыжной подготовкой.

Форма занятия : Теория.

Содержание занятия: Переход с одновременных лыжных ходов на попеременные.

Задание для обучающихся: 1. С какой целью используется переход с хода на ход?

2.Первая помощь при обморожениях?

Форма отчёта: Письменная. Реферат.Сообщение.romanovvikk2016@yandex.ru

8.965 531 89 95. 8. 950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 технологий и электронного обучения.

Дата:4. 12.20.

Группа:Б-18- третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Преодоление подъёмов и препятствий.

Форма занятия: Теория.

Содержание занятия: Преодоление подъёмов и препятствий во время лыжных гонок.

Задание для обучающихся: Преодоление препятствий и подъёмов. 2. Виды подъёмов?

3. С какой целью они используются?

Форма отчёта: Письменная. Реферат.Сообщение.romanovvikk2016@yandex.ru

8. 965 531 89 95.8.950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 технологий и дистанционного обучения.

Дата:7.12.20.

Группа: Б-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия:1. Двушажный ход. 2. Первая помощь при обморожении.

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия: Двушажный ход. Передвижение

Задание для обучающихся: Выполнить имитацию двушажного хода.( показать технику работы рук, ног ) 2.Первая помощь при травмах..

Форма отчёта: Видео. Фото.romanovvikk2016@yandex.ru 8.965 531 89 95. 8. 950 558 52.58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных технологий

 и дистанционного обучения.

Дата:14.12.20.

Группа:Б-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Элементы тактики лыжных гонок, лидирование , финиширование, обгон и другие.

Форма занятия: Теория.

Содержание занятия: Тактика лыжных гонок.

Задание для обучающихся:1. Что такое тактика ? 2. Какая тактика приемлема к обгону,

лидированию, финишированию.(ваше понятие)

Форма отчёта: Письменная. Сообщение.( устно)romanovvikk2016@yandex.ru 8. 965 531 89 95. 8. 950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 технологий и электронного обучения.

Дата: 15.12.20.

Группа: Б-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия:1. Правило соревнований по лыжным гонкам.2. Первая помощь при травмах.

Форма занятия: Теория.

Содержание занятия: Правило соревнований. Оказание первой помощи при травмах.

Задание для обучающихся: 1. Нарушения правил соревнований.(назвать 4 нарушения)

2.первая помощь при травмах ( перечислить)

Форма отчёта: Реферат. Сообщение. (устно) romanovvikk2016@yandex.ru 8.965 531 89 95.

8. 950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 Технологий и электронного обучения.

Дата:22.12.20.

Группа: Б-18-третй курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Переход с хода на ход в зависимости от дистанции.

Форма занятия: Теория.

Содержание занятия: Переход с одного лыжного хода на другой.

Задание для обучающихся: 1. Назвать виды лыжных ходов?

2.Назвать 5-видов перехода с хода на ход?

Форма отчёта: Видео.Сообщение.romanovvikk2016@yandex.ru 8.965 531 89 95.8.950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 технологий и электронного обучения.

Дата: 12.1.21.

Группа: Б-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Техника одновременных лыжных ходов.

Форма занятия: Теория. Практика.

Содержание занятия: Одновременные лыжные ходы.

Задание для обучающихся: 1. Назвать известные вам одновременные лыжные ходы?

2. С какой целью они применяются?

Форма отчёта: Сообщение. При возможности отдыха на лыжах? Фото. Видео.

romanovvikk2016@yandex.ru 8 965 531 89 95. 8.950 558 52 58. 8.982 693.92 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 технологий и электронного обучения.

Дата:15.1.21.

Группа: Б-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Скользящий шаг.

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия: Скользящий шаг его значимость в лыжном спорте?

Задание для обучающихся: 1. Выполнить имитацию скользящего шага без палок, с палками?

2. Выполнить 6-8 скользящих шагов.

Форма отчёта: Фото. Видео.romanovvikk2016@yandex.ru 8.965 531 89 95. 8.982 693 92 58.

8.950 558 52 58.