Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

технологий и электронного обучения.

Дата:15.12.20.

Группа: Э.М.-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия:1. Техника безопасности при занятиях лыжной подготовкой.

2. Одновременные лыжные ходы.

Форма занятия: Теория. Практика.

Содержание занятия: Одновременные лыжные ходы.

Задание для обучающихся: 1. Перечислить виды одновременных лыжных ходов?

2. Основные требования к технике безопасности при занятиях лыжной подготовкой?

Форма отчёта: Реферат. Сообщение. У кого есть возможность отдыха

на лыжах. Фото. [Видео.romanovvikk2016@yandex.ru](mailto: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:16.12.20.

Группа: Э.М.-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия:1. Переход с одновременных лыжных ходов на попеременные.

2. Преодоление подъёмов, препятствий.

Форма занятия: Теория. Практика.

Содержание занятия: Переходы с хода на ход. Преодоление препятствий.

Задание для обучающихся: С какой целью применяются лыжные переходы?

2.Назвать технику подъёмов.

Форма отчёта: Реферат. Сообщение. Кто имеет возможность занятия на лыжах?

Присылайте видео, [фото.romanovvikk2016@yandex.ru](mailto: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: 23.12.20.

Группа: Э.М.-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Преодоление подъёмов и препятствий при занятия х лыжной подготовкой.

Форма занятия: Теория.

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

Задание для обучающихся: 1. Виды подъёмов? 2. С какой целью они используются?

3.Преодоление подъёмов и препятствий?

Форма отчёта: Письменная . Сообщение. Если есть возможность отдыха на пыжах?

Видео. [Фото.romanovvikk2016@yandex.ru](mailto: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: 24.12.20.

Группа: Э.М.-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: 1. Попеременный двушажный лыжный ход. 2. Первая помощь при обморожениях.

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия: Попеременный двушажный лыжный ход. Передвижение.

Задание для обучающихся: Выполнить имитацию двушажного лыжного хода? ( показать сочетание работы рук и ног) 2. Первая помощь при обморожениях?

Форма отчёта: [Видео.Фото.romanovvikk2016@yandex.ru](mailto: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: 25.12.20.

Группа: Э.М.-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Элементы тактики лыжных гонок : Лидирование. Обгон. Финиширование 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?

Форма отчёта: Реферат. [Сообщение.romanovvikk2016@yandex.ru](mailto: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:11.1.21.

Группа: Э.М.-18-трктий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Основные правила соревнований.

Форма занятий: Теория.

Содержание занятия: Правила соревнований по лыжным гонкам.

Задание для обучающихся: 1. Какой документ является основой соревнований? 2.Назвать нарушение при которых лыжник снимается с участия в соревнованиях?

Форма отчёта: [Сообщение.Реферат.romanovvikk2016@yandex.ru](mailto:Сообщение.Реферат.romanovvikk2016@yandex.ru) 8.982 693 92 58. 8.950 558 5258

8.965 531 89 95.

Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

технологий и электронного обучения.

Дата:12.1.21.

Группа: Э.М.-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятий: Техника одновременных лыжных ходов.

Форма занятий: Теория.

Содержание занятий: Одновременные лыжные ходы.

Задание для обучающихся: 1.Перечислить одновременные лыжные ходы?

2.С какой целью они применяются?

Форма отчёта: Сообщение. Если есть возможность отдыха на лыжах? Видео. Фото.

[romanovvikk2016@yandex.ru](mailto:romanovvikk2016@yandex.ru) 8.982 693 92 58. 8. 950 55852 58. 8.965 531 89 95.

Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

технологий и электронного обучения.

Дата: 13.1.20.

Группа: Э.М.-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Коньковый ход.

Форма занятия: Теория.

Содержание занятия: Коньковый ход.

Задание для обучающихся: 1.Техника конькового хода? 2.Применение конькового хода?

Форма отчёта: Сообщение. [Реферат.romanovvikk2016@yandex.ru](mailto:Реферат.romanovvikk2016@yandex.ru) 8.982 693 92 56.8.965 531 89 95.

8. 950 558 52 58.

Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

технологий и электронного обучения.

Дата: 14.1.20.

Группа: Э.М.-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Попеременные лыжные ходы.

Форма занятия: Теория.

Содержание занятия: Попеременные лыжные ходы.

Задание для обучающихся: Применение попеременных лыжных ходов?

2.Назвать известные вам попеременные лыжные ходы?

Форма отчёта: Сообщение. 8.965 531 89 95.8. 950 55852 58.

Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

Технологий и электронного обучения.

Дата:15.1.21.

Группа: Э.М.-18-третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия:

Форма занятия:

Содержание занятия:

Задание для обучающихся: