**Рекомендации к дистанционным занятиям по футболу**

**в группах начальной подготовки и тренировочного этапа**

**(с 1 по 12 апреля 2020 г.)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Используемые электронные образовательные ресурсы | Образовательные онлайн платформы:  - [Учи.ру](http://didaktor.ru/uchi-ru-interaktivnaya-sistema-obucheniya-minusov-bolshe-chem-plyusov/);  - [ЯКласс](http://didaktor.ru/novyj-resurs-distancionnogo-obucheniya-shkolnikov/);  - [Российская Электронная школа](http://didaktor.ru/rossijskaya-elektronnaya-shkola-proekt-zapushhen-aprobaciya-prodolzhaetsya/); |
| 2 | Необходимые технические средства | Компьютер с выходом в интернет |
| 3 | Количество дистанционных занятий. | |
|  | Аношкин Михаил Яковлевич. | 15 |
|  | Столяров Алексей Владимирович | 6 |
|  | Попандопуло Юрий Юрьевич | 9 |
|  | Зайкин Кирилл Николаевич | 6 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Тема тренировки.** | **Электронный образовательный ресурс (ссылка)** | **Контроль знаний** |
| **01.04.2020** | История игры в футбол | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/train/191725/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/train/191725/) |
|  | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/main/223845/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/main/223845/) |  |
|  | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/main/223845/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/main/223845/) |  |
|  | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/main/223845 /**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/main/223845%20/) |  |
|  | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/train/191725/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/train/191725/) |
|  |  | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/train/#210636**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/train/#210636) |
|  |  | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/train/#210636**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/train/#210636) |
| **02.04.2020** | Как возникли первые соревнования | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/main/168859/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/main/168859/) |  |
| **Путешествие в страну «Силачей»** | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/main/223932/> | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/train/223936/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/train/223936/) |
| **Путешествие в страну «Силачей»** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/main/223932/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/main/223932/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/train/223936/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/train/223936/) |
|  | Как возникли первые соревнования | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/main/168859/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/main/168859/) |  |
|  | Подъем туловища из положения лежа на полу | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/main/172388/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/main/172388/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/train/172391/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/train/172391/) |
|  | Подъем туловища из положения лежа на полу | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/main/172388/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/main/172388/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/train/172391/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/train/172391/) |
| **03.04.2020** | Режим дня, утренняя зарядка | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/main/168926/> |  |
|  | Режим дня, утренняя зарядка | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/main/168926/> |  |
|  | Режим дня, утренняя зарядка | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/main/168926/> |  |
|  | Развитие силовых способностей | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/train/190738/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/train/190738/) |
|  | Развитие силовых способностей | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/train/190738/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/train/190738/) |
|  | Знания о физической культуре | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3428/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3428/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3428/train/#210449**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3428/train/#210449) |
|  | Знания о физической культуре | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3428/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3428/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3428/train/#210449**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3428/train/#210449) |
| **04.04.2020** | Правила игры в футбол | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/main/43536/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/main/43536/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/train/43540/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4963/train/43540/) |
| **06-07.04.2020** | **Система тренировки различных групп мышц** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/main/191638/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/main/191638/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/train/191643/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/train/191643/) |
| **Система тренировки различных групп мышц** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/main/191638/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/main/191638/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/train/191643/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/train/191643/) |
| **Система тренировки различных групп мышц** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/main/191638/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/main/191638/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/train/191643/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/train/191643/) |
| **Личная гигиена** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/main/168960/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/main/168960/) |  |
| **Наклоны вперед из положения стоя** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4772/main/172413/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4772/main/172413/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4772/train/172417/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4772/train/172417/) |
| **08.04.2020** |  | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/main/224121/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/main/224121/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/train/224124/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/train/224124/) |
| Учимся держать спину ровно | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/main/168981/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/main/168981/) |  |
| Учимся держать спину ровно | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/main/168981/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/main/168981/) |  |
| Учимся держать спину ровно | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/main/168981/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/main/168981/) |  |
|  | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/main/224121/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/main/224121/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/train/224124/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/train/224124/) |
|  | **Организация самостоятельных занятий физической культурой** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3241/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3241/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3241/train/#192003**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3241/train/#192003) |
|  | **Организация самостоятельных занятий физической культурой** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3241/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3241/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3241/train/#192003**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3241/train/#192003) |
| **09.04.2020** | Закаливание | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/main/169002/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/main/169002/) |  |
| **«Пионербол»** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/main/192435/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/main/192435/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/train/192439/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/train/192439/) |
| **«Пионербол»** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/main/192435/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/main/192435/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/train/192439/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/train/192439/) |
| Закаливание | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/main/169002/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/main/169002/) |  |
| Приседания-техника выполнения | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4029/main/197060/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4029/main/197060/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4029/train/197064/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4029/train/197064/) |
| Приседания-техника выполнения | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4029/main/197060/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4029/main/197060/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4029/train/197064/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4029/train/197064/) |
| **10.04.2020** | Подвижные игры на развитие ловкости | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/main/189789/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/main/189789/) |  |
| Подвижные игры на развитие ловкости | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/main/189789/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/main/189789/) |  |
| Подвижные игры на развитие ловкости | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/main/189789/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/main/189789/) |  |
| **Прыгалка-скакалка** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/main/191555/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/main/191555/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/train/191559/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/train/191559/) |
| **Прыгалка-скакалка** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/main/191555/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/main/191555/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/train/191559/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/train/191559/) |
| **Футбол. Изучение правил игры, техники приемов** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/train/#191900**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/train/#191900) |
| **Футбол. Изучение правил игры, техники приемов** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/main/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/main/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/train/#191900**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/train/#191900) |
| **11.04.2020** | **Тактика игры-командное нападение** | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/main/169796/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/main/169796/) | [**https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/train/169801/**](https://resh.edu.ru/subject/lesson/3901/train/169801/) |