Программа дополнительного профессионального образования

Педагогика и методика дошкольного образования

Группа Ф1-24

**Раздел программы: «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой оздоровительной тренировки».**

**Таблица для самостоятельного изучения темы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Ссылка на учебник | Задание |
| 1. | Гимнастика | <https://quick.apkpro.ru/q/x2hv05TG> | Изучите материал. Сделайте конспект по теме: «Классификация видов гимнастики» |
| <https://quick.apkpro.ru/q/x2hv05TG> | Изучите терминологию общеразвивающих упражнений.  Пройдите по ссылке и рассмотрите изображение: <https://i.simpalsmedia.com/marketplace/products/original/8bb9fd044ac206f2b5950e31a047aa28.jpg>  Используя гимнастическую терминологию, составьте комплекс общеразвивающих упражнений по изображению (9 упражнений). |
| 2. | Легкая атлетика | <https://quick.apkpro.ru/q/LAhLJBp8> | Изучите материал. Сделайте конспект по теме:  1). Техника бега на средние и длинные дистанции  2). Техника бега на короткие дистанции  3). Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»  4). Техника метания малого мяча и гранаты |
| 3. | Подвижные игры | <https://drive.google.com/file/d/1z02aiXfw0I2Fsuz7CTNUg3_2NAuvNTWc/view?usp=sharing> | Изучите страницы 1-22.  Письменно ответьте на вопрос: в чем значение подвижных игр?  Подберите 5 подвижных игр с. 66 и сделайте картотеку. |
| 4. | Баскетбол | <https://quick.apkpro.ru/q/UjWmqbU4> | Изучите материал. Сделайте конспект по теме:  1). Техника нападения в баскетболе  2). Техника защиты в баскетболе |
| 5. | волейбол | <https://quick.apkpro.ru/q/nKxmVSLQ> | Изучите материал. Сделайте конспект по теме:  1). Техника игры в нападении в волейболе  2). Техника игры в защите в волейболе |
| 6. | футбол | <https://quick.apkpro.ru/q/73ksXRPu> | Изучите материал. Составьте таблицу по теме «Ключевые умения и направления подготовки по футболу в 5-9 классе» |
| 7. | плавание | <https://quick.apkpro.ru/q/d8MNrv91> | Изучите материал.  Используя другие источники сделайте доклад или презентацию «Оздоровительное значение плавания» |
| 8. | Лыжный спорт | <https://quick.apkpro.ru/q/Mj50xEhG>  <https://rutube.ru/video/cdb3839a9b5dbdfa282ec3bd6c15f4f9/> | Изучите материал.  Посмотрите видео.  Сделайте конспект по теме: «Методика обучения лыжным ходам» |
| 9. | Аэробика | https://quick.apkpro.ru/q/HEMclwHR | Изучите материал. |
| https://rutube.ru/video/088cd3a3552f9f213dc806735625e799/?r=plwd | Посмотрите видео и напишите, какие шаги аэробики использовались в данной тренировке. |
| 10. | туризм | <https://quick.apkpro.ru/q/d4IX2ECc> | Изучите материал. Сделайте конспект по теме: Содержание и формы туристской работы. |

Выполненные задания прислать на электронную почту преподавателя Осьмининой Екатерины Юрьевны [fizrykoctopus@gmail.com](mailto:fizrykoctopus@gmail.com)