|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Меры организации занятости детей и подростков | | | | |
| № | Направление деятельности | Программа | Принятые меры | Ссылка на материалы в сети интернет |
| 1 | Физкультурное | Пауэрлифтинг | 1.Методические рекомендации для самостоятельного освоения программы | <https://vk.com/video?z=video165251936_456239062%2Fpl_cat_updates>  <https://vk.com/video?z=video165251936_456239151%2Fpl_cat_updates>  [https://vk.com/video?z=video165251936\_456239152%2Fpl\_cat\_updateshttps://vk.com/video?z=video165251936\_456239152%2Fpl\_cat\_updates](https://vk.com/video?z=video165251936_456239152%2Fpl_cat_updates)  <https://vk.com/video?z=video165251936_456239039%2Fpl_cat_updates> |
| 2 |  | Спортивная аэробика | 1.Методические рекомендации для самостоятельного освоения программы | <https://www.youtube.com/watch?v=JcoJV9TbDcA>  <https://www.youtube.com/watch?v=nMqdp_9UzNs>  <https://nsportal.ru/sites/default/files/2018/03/13/konspekt.docx>  <https://yandex.ru/video/search?text=видео%20с%20чемпионата%20по%20спортивной%20аэробике%20среди%20детей&path=wizard&parent-reqid=1585131157588486-234987030944588696500167-sas3-5949> |
| 2.Теоретический материал по истории развития спорта | <http://xn--80aaadc9aeqwhffofgt6q8a.xn--p1ai/about-sport/> |
| 3 |  | Легкая атлетика | 1.Методические рекомендации для самостоятельного освоения программы  - Методическое обучение технике бега на средние дистанции  - Бег на короткие дистанции  - Обучение технике бега на короткие дистанции  - Обучение технике бега на короткие дистанции | <https://nsportal.ru/sites/default/files/2013/09/05/medodrazrabotka.docx>  <https://nsportal.ru/ryanova-oksana-viktorovna>  <https://sites.google.com/site/nvmsport/metodiceskie-razrabotki/obucenie-tehnike-bega-na-korotkie-distancii>  <https://nsportal.ru/sites/default/files/2019/02/25/metodicheskaya_razrabotka_1.docx> |
| 2.Просмотр видеофильмов  -Три вида бега и план тренировок. Осокин Виктор  -Техника бега на средние дистанции, упражнения Маревич Виталий  «Техника бега: как правильно бегать. Ошибки начинающих»  -Техника бега: как бежать правильно | <https://www.youtube.com/watch?v=boURmNvnTeU>  <https://www.youtube.com/watch?v=lGjp9ydQ38c>  <https://sport.wikireading.ru/> |
| 4 |  | Футбол | 1.Методические рекомендации для самостоятельного освоения программы  2.Теоретический материал по истории развития спорта | <https://vk.com/rostov200520062007?w=wall-119611953_2390>  <https://vk.com/video?z=video-54136040_456239528%2Fpl_cat_updates>  <https://www.youtube.com/watch?v=v-lhfTzFuFU>  <https://www.youtube.com/watch?v=dOGPt8A_md8>  <https://www.youtube.com/watch?v=uAu5Bh8fZl8>  <https://www.youtube.com/watch?v=Jr7Wnlmgjz4>  <https://www.youtube.com/watch?v=Hw2oGksfFjY>  <https://vk.com/wall-127715888_3319> |
| 5 |  | Волейбол | 1.методические материалы для самостоятельного изучения программы  2. графики/планы самостоятельных тренировок по виду спорта волейбол  3.ссылки на трансляции по виду спорта, онлайн уроки ведущих спортсменов, мотивирующие фильмы про спорт. | <https://www.youtube.com/watch?v=nThkaGUQVak>  <https://www.youtube.com/watch?v=9YzQIUMp2kM>  <https://www.youtube.com/watch?v=en7s-Wv0BHs>  <https://www.youtube.com/watch?v=C1KuuAQDiYc>  <https://www.youtube.com/watch?v=M-gzuEyVvBo>  <https://www.youtube.com/watch?v=G3YdH-YlkRg>  <https://www.youtube.com/watch?v=k7GWUyxChbo>  <https://www.youtube.com/watch?v=rnYDvNTGzC0>  <https://www.youtube.com/watch?v=yrdBbDazHIo>  <https://www.youtube.com/watch?v=FWVlZH0Ro6M>  <https://www.youtube.com/watch?v=nThkaGUQVak>  <http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/voleybol/>  <https://interesfact.ru/interesnye-fakty-pro-volejbol/> |
| Для общеразвивающей программы группы СОГ  Упражнения для развития выносливость.  Упражнения для развития силы.  Упражнения для развития быстроты. | <https://infourok.ru/programma-sog-po-voleybolu-1527856.html> |