

## Активности 2 день ON-LINE смены 3 ноября

Педагог ДО	Тема занятия	Задачи	Форма контроля педагога	Обратная связь
Сапова Ирина Викторовна	«День заботы о себе - на позитивной волне». (мультфильмы о здоровом образе жизни)	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=BbP88kJW4GQ&amp;list=PLjS7uSjisk_SCTPpVrHvShTbuTjKqgZdS&amp;index=3">https://www.youtube.com/watch?v=BbP88kJW4GQ&amp;list=PLjS7uSjisk_SCTPpVrHvShTbuTjKqgZdS&amp;index=3</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=AQ6CmnTkdVA">https://www.youtube.com/watch?v=AQ6CmnTkdVA</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ejeJMLEcUkQ&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=ejeJMLEcUkQ&amp;feature=emb_logo</a>	Ознакомится с материалом.	Отчеты о выполнении в мессенджерах  Viber  по номеру  8-908-403-00-30
Трейзе Анна Владимировна	1. Азбука безопасности. мультфильм  2. Детский тест «Безопасность»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=jmdU5_27evk&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?v=jmdU5_27evk&amp;feature=emb_logo</a> Повторяем, изучаем, узнаем.  <a href="https://pencup.ru/test/261">https://pencup.ru/test/261</a> Проверь, как хорошо ты знаешь правила безопасности.	Фото или видео отчет.	Форма обратной связи Viber WhatsApp По телефону 89277794065 e-mail: <a href="mailto:annatreize@yandex.ru">annatreize@yandex.ru</a> соц.сеть Одноклассники группа :Объединения ЦВР Аист – Серпантин
Гаранина Анастасия Васильевна	Поделки из бросового материала.  Правилах дорожного движения для пешеходов. Онлайн викторина	<a href="https://100podelok.com/category/tema-podelok/podelki-na-temu-transport">https://100podelok.com/category/tema-podelok/podelki-na-temu-transport</a>  <a href="https://centreinstein.ru/konkurs/victorina/do/d08/">https://centreinstein.ru/konkurs/victorina/do/d08/</a>	Выполнить поделку.  Пройти онлайн викторину.	Viber WhatsApp  89297153554
Ганина Надежда Федоровна	Тенденции модной повседневной одежды осень 2020, зима 2021г  Цветовая палитра. Сочетание цветов	<a href="https://zen.yandex.ru/media/isl/modnaia-povsednevnaia-odejda-osenzima-20202021-kak-5f807bf45c2b3403ced8a0d0?utm_source=serp">https://zen.yandex.ru/media/isl/modnaia-povsednevnaia-odejda-osenzima-20202021-kak-5f807bf45c2b3403ced8a0d0?utm_source=serp</a>	Эскиз в цвете верхней одежды (куртка).	до 5 ноября  Viber, WhatsApp 89270153989
Токарева Лидия Андреевна	Базовая форма: «Конверт». Композиция «В море»	<a href="https://yandex.ru/images/search?text=%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%BE%D0%B7%D0%B8%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%B2%20%D0%BC%D0%BE%D1%80%D0%B5%20%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B3%D0%B0%D0%BC%D0%B8&amp;stype=image&amp;lr=47&amp;parent-reqid=1603902583031329-1235011127177568325200275-production-app-host-sas-web-yp-186&amp;source=wiz">https://yandex.ru/images/search?text=%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%BE%D0%B7%D0%B8%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%B2%20%D0%BC%D0%BE%D1%80%D0%B5%20%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B3%D0%B0%D0%BC%D0%B8&amp;stype=image&amp;lr=47&amp;parent-reqid=1603902583031329-1235011127177568325200275-production-app-host-sas-web-yp-186&amp;source=wiz</a>	Выполнить данное занятие и прислать фото или видео	Форма обратной связи Viber WhatsApp  Индивидуальные консультации по номеру телефона  89021858703

Фатева Марина Сергеевна	Фото-флэшмоб «Моя осень»	Способствовать развитию творческих способностей и эстетических чувств.	Сделать свое фото на фоне осеннего пейзажа, прислать в сообщении.	Тел.: 89372178120 ВКонтакте: <a href="https://vk.com/feed">https://vk.com/feed</a> Эл.почта: <a href="mailto:fateeva-1982@inbox.ru">fateeva-1982@inbox.ru</a>
Пухова Екатерина Владимировн	Три Кота   Дорожные знаки   Новая серия 136	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=4RyKKGZSiiHQ">https://www.youtube.com/watch?v=4RyKKGZSiiHQ</a> Просмотр мультфильма Три Кота   Дорожные знаки   Новая серия 136	Обсуждение.	Почта <a href="mailto:dv0177@yandex.ru">dv0177@yandex.ru</a>
Ануфриева Наталья Александровн а	Азбука Волшебной осени  Учим буквы (гласные и согласные «Малышок»	<a href="https://yandex.ru/video/preview/?text=класс+39+учим+буквы+м+5+лет+видео&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1603879924184758-699990476468418564800107-production-app-host-vla-web-yp-138&amp;wiz_type=vital&amp;filmId=4479417053552518281&amp;url=http%3A%2F%2Ffrontend.vh.yandex.ru%2Fplayer%2Fv.JXi1w8EAPsE">https://yandex.ru/video/preview/?text=класс+39+учим+буквы+м+5+лет+видео&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1603879924184758-699990476468418564800107-production-app-host-vla-web-yp-138&amp;wiz_type=vital&amp;filmId=4479417053552518281&amp;url=http%3A%2F%2Ffrontend.vh.yandex.ru%2Fplayer%2Fv.JXi1w8EAPsE</a>	Рассказать приметы осени. Придумать слова на Букву О	до 5 ноября  Viber, WhatsApp 89270153989
Адонина Наталья Алексеевна	Математика – гимнастика ума  Состав числа. Цифры. «Малышок»	<a href="https://yandex.ru/video/preview?text=39%20класс%20в%20идео%20математика%20для%20дошкольников%205%20лет&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1603950484843349-214779556134456934800276-production-app-host-sas-web-yp-175&amp;wiz_type=vital&amp;filmId=10938642596953064594">https://yandex.ru/video/preview?text=39%20класс%20в%20идео%20математика%20для%20дошкольников%205%20лет&amp;path=wizard&amp;parent-reqid=1603950484843349-214779556134456934800276-production-app-host-sas-web-yp-175&amp;wiz_type=vital&amp;filmId=10938642596953064594</a>	Назвать соседей чисел в пределах 5. Устный счет	<a href="mailto:adonina-natalja84@yandex.ru">adonina-natalja84@yandex.ru</a>  Viber 9297123317  до 5 ноября

## Спортивное направление

Тренер	Время	Тема занятия	Перейти	Форма контроля	Обратная связь
Дормидонтов Вячеслав Александрович	16.00-16.45  16.55-17.40	Развитие выносливос ти	<a href="https://infourok.ru/kompleks-uprazhneniy-dlya-razvitiya-vinoslivosti-3889710.html">https://infourok.ru/kompleks-uprazhneniy-dlya-razvitiya-vinoslivosti-3889710.html</a>	Выполнять в соответствии с материалом. <u>При отсутствии интернета выполнять следующие задания:</u> Прыжки со скакалкой – 2 мин в среднем темпе по 2 серии	Отчеты о выполнении в мессенджерах Viber или WhatsApp по номеру 89874389757

Березин Сергей Евгеньевич	15.00-15.45  16.00- 16.45	Упражнения на пресс	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ua nU6-LNPac">https://www.youtube.com/watch?v=Ua nU6-LNPac</a>	Выполнять в соответствии с материалом <u>При отсутствии интернета выполнять следующие задания:</u> Выпады с подъемом бедра – по 30 сек. каждой ногой. Боковая планка с приведением руки и ноги – 30 сек на каждую сторону	Отчеты о выполнении в мессенджерах Viber или WhatsApp по номеру 89397084539
Пономаренко Ангела Валерьевна	16.40- 18.10  18.20- 19.50	Упражнения на пресс	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ua nU6-LNPac">https://www.youtube.com/watch?v=Ua nU6-LNPac</a>	Выполнять в соответствии с материалом <u>При отсутствии интернета выполнять следующие задания:</u> Выпады с подъемом бедра – по 30 сек. каждой ногой. Боковая планка с приведением руки и ноги – 30 сек на каждую сторону	Отчеты о выполнении в мессенджерах Viber или WhatsApp по номеру 89879718369
Лукьянов Сергей Пантелеевич	14.30-15.15  15.25-16.10	Комплекс упражнений для укрепления мышц рук и плечевого пояса	<a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=26&amp;v=jVqirIAyNLI&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?time_continue=26&amp;v=jVqirIAyNLI&amp;feature=emb_logo</a>	Выполнять в соответствии с видеоматериалом. <u>При отсутствии интернета выполнять следующие задания:</u> Поднимание рук с гантелями (любой утяжелитель) -10-15 раз Поднимание рук с гантелями в стороны -10-15 раз	Отчеты о выполнении в мессенджерах Viber или WhatsApp по номеру 89376633808
Файзуллин Фарид Рифхатович	16.20- 17.50  18.00- 19.30	Комплекс упражнений для растяжки	<a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=672&amp;v=3u2PGFt0evo&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?time_continue=672&amp;v=3u2PGFt0evo&amp;feature=emb_logo</a>	Выполнять в соответствии с видеоматериалом. С теннисным мячом по возможности. <u>При отсутствии интернета выполнять следующие задания:</u> Разминка: прыжки с хлопками ладонями вверх – 1 мин. с высоким подниманием бедра – 1 мин. Выпрыгивание из положения сидя со сменой ног – 1 мин. Основная часть: отжимания 4 подхода по 15 раз «Лодочка» - 4 подхода по 15 раз Боковые выпады – 4 подхода по 20 раз приседы – 4 подхода по 20 раз Пресс – 4 подхода по 20 раз.	Отчеты о выполнении в мессенджерах Viber или WhatsApp по номеру 89376633325
Спиридонова Светлана Ивановна	16.00- 17.30  17.40- 19.10	ОФП для бегунов	<a href="https://marathonec.ru/ofp-dlya-begunov-30-uprazhneniy/">https://marathonec.ru/ofp-dlya-begunov-30-uprazhneniy/</a>	Выполнять в соответствии с материалом первые 6 упражнений в 3 подхода <u>При отсутствии интернета выполнять следующие задания:</u> Приседания – 15-15 раз Выпады вперед (можно с утяжелением) – 10-15 раз Равновесие (нога согнута в колене, 90 гр с лодыжкой) – 30-60 сек. на каждую ногу. Выпады назад- 10-15 раз «Мостик» на одной ноге – 10-15 раз на каждую ногу Сплит-приседания – 10-15 раз на каждую ногу. Выполнять комплекс по 3 подхода	Отчеты о выполнении в мессенджерах Viber или WhatsApp по номеру 89270213692

<p>Ракитянская Ольга Владимировна</p>	<p>17.00-17.45  18.00-18.45</p>	<p>Комплекс упражнений для растяжки</p>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=672&amp;v=3u2PGFt0evo&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?time_continue=672&amp;v=3u2PGFt0evo&amp;feature=emb_logo</a></p>	<p>Выполнять в соответствии с видеоматериалом. С теннисным мячом по возможности. <b>При отсутствии интернета выполнять следующие задания:</b> Разминка: прыжки с хлопками ладонями вверх – 1 мин. с высоким подниманием бедра – 1 мин. Выпрыгивание из положения сидя со сменой ног – 1 мин. Основная часть: отжимания 4 подхода по 15 раз «Лодочка» - 4 подхода по 15 раз Боковые выпады – 4 подхода по 20 раз</p>	<p>Отчеты о выполнении в мессенджерах Viber или WhatsApp по номеру 89372317898</p>
<p>Щербань Сергей Александрович</p>	<p>15.00-16.30  16.40-18.10</p>	<p>Комплекс упражнений для укрепления мышц рук и плечевого пояса</p>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=26&amp;v=jVqirIAyNLI&amp;feature=emb_logo">https://www.youtube.com/watch?time_continue=26&amp;v=jVqirIAyNLI&amp;feature=emb_logo</a></p>	<p>Выполнять в соответствии с видеоматериалом. <b>При отсутствии интернета выполнять следующие задания:</b> Поднимание рук с гантелями (любой утяжелитель) -10-15 раз Поднимание рук с гантелями в стороны -10-15 раз Поднимание рук с гантелями к плечам -10-15 раз Выпрямление рук с гантелями из- за спины – 10-15 раз Отжимание от скамейки – 10-15 раз</p>	<p>Отчеты о выполнении в мессенджерах Viber или WhatsApp по номеру 89967467899</p>