

**Расписание занятий (с 18.12.2020 по 30.12.2020 г.) объединения «Стрельба из лука»
Педагог дополнительного образования: Зимин Виктор Геннадиевич**

Дата	Время	№ группы	Способ обучения	Тема занятия	Ресурс	Форма обучения
18. 12. 2020		№ 1 № 2	Индивидуальный	Отработка упражнения ОФП лучника. (упражнения на статическую выносливость)	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6992429243422092671&text=%D0%9E%D0%A4%D0%9F%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%BB%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2&path=wizard&parent-reqid=1590140054790978-1699062749930857723400292-production-app-host-vla-web-yp-353&redircnt=1590140068.1	Дистанционная
19. 12. 2020		№ 1 № 2	Индивидуальный	Отработка упражнения СФП лучника. Сойка до выпуска стрелы 7 секунд .(У ЗЕРКАЛА)	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8746166279272951896&parent-reqid=1590140186698902-1202149986211432703200192-production-app-host-man-web-yp-63&path=wizard&text=%D0%A1%D0%A4%D0%9F+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%BB%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2	Дистанционная

23. 11. 2020		№ 1 № 2	Индивидуальный	Аутотренинг (стрельба по 6 выстрелов. Три серии)	https://yandex.ru/video/preview/?text=стрельба+из+лука+для+начинающих+видео&path=wizard&parent-reqid=1605028971181815-454905818298552743300110-production-app-host-sas-web-yp-26&wiz_type=vital&filmId=6006008514578316952&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DZg02rqKagoI	Дистанционная
25. 12. 2020		№ 1 № 2	Индивидуальный	Изучить тактику стрельбы 3-Д (стрельба по близким мишеням,(сверху – вниз)	https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8526317647889404474&parent-reqid=1590690423695390-1146417071129564410200303-production-app-host-man-web-yp-281&path=wizard&text=%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%2B%D1%8C%D0%B1%D0%B0+%D0%B8%D0%B7+%D0%BB%D1%83%D0%BA%D0%B0+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%BD%D0%B0%D1%87%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D1%8E%D1%89%D0%B8%D1%85+%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%B8%D0%B1%D0%B8%D1%80%D1%81%D0%BA	Дистанционная

26. 12. 2020		№ 1 № 2	Индивидуальный	Изучить методику интуитивной стрельбы	https://www.youtube.com/watch?v=c2sOvmLnuFg	Дистанционная
30. 12. 2020		№ 1 № 2	Индивидуальный	Отработка техники интуитивной стрельбы	https://www.youtube.com/watch?v=c2sOvmLnuFg	Дистанционная