**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ**

 для самостоятельной подготовки в форме дистанционного обучения

для обучающихся 5 класса МБУДО ДЮСШ по виду спорта СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ

(тренер-преподаватель Клопов В.В.)

 на период самоизоляции с 15 по 21 июня 2020 года

**РАСПИСАНИЕ**: Вторник-16.00 - 17.30 Четверг 16.00 - 17.30 Суббота 12.00 - 14.15 Воскресенье 12.00 - 14.15

Обратная связь с родителями и детьми осуществляется через группы ВК в соц.сети интернет

**Инструкция по использованию ссылок:**

1. навести курсор мыши на ссылку

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 16.06.2020г. | 18.06.2020г. | 20.06.2020г. | 21.06.2020г. |
| Спортивный туризм(5 класс) | **Словарь юного туриста**<https://learningapps.org/display?v=pvnp57kz101><https://learningapps.org/display?v=pox3jmd8501> | **Электронные игры «Туристские узлы»**<https://learningapps.org/display?v=pmn5rmfmn01> | **Игры про историю Ярославского края**<https://learningapps.org/display?v=punj428jk18><https://learningapps.org/display?v=pj2yfgdnv17> | Общая и специальная разминка 10-15 мин.1. Рывки руками
2. Наклоны в стороны
3. Наклоны вперед
4. Махи ногами
5. Приседание

Кросс по пересеченной местности 3-4 км |

1. правой клавишей щелкнуть по ссылке
2. выйдет окошко в нем найти открыть гиперссылку и нужное видео откроется