

## **Конспект дистанционного занятия «Бросок подхватом под две ноги» 18.04.20**

**п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи занятия:

1. Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.
2. Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.
3. Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

Ход занятия

1. Организационный момент
2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок подхватом под две ноги»

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:

<https://www.youtube.com/watch?v=F7fYcqU1T50>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.

## **Конспект дистанционного занятия «Бросок подхватом с кувырком» 20.04. 20**

**п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи:

4. Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.
5. Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

- б. Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

Ход занятия

1. Организационный момент
2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок подхватом с кувырком»

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:

<https://www.youtube.com/watch?v=mCQ7lw8G3o0>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.

**Конспект дистанционного занятия  
«Бросок через спину (кочерга)» 22.04.20  
п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи:

Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.

Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

Ход занятия

1. Организационный момент
2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок через спину (кочерга)».

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:  
<https://www.youtube.com/watch?v=WSqyCEXOguw>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.

**Конспект дистанционного занятия  
«Бросок через спину с опущением на колени» 23.04.20  
п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи:

Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.

Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

Ход занятия

1. Организационный момент
2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок через спину с опущением на колени».

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:  
<https://www.youtube.com/watch?v=4UdbMQCl4uU>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.

**Конспект дистанционного занятия  
«Бросок через спину с захватом головы» 24.04.20  
п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи:

Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.

Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

Ход занятия

1. Организационный момент
2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок через спину с захватом головы».

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:  
<https://www.youtube.com/watch?v=g34KOMtRZzk&t=3s>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.

**Конспект дистанционного занятия «Бросок мельница» 25.04.20  
п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи:

Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.

Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

#### Ход занятия

1. Организационный момент
2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок мельница».

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:  
<https://www.youtube.com/watch?v=GUvIJiG1LM>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.

### **Конспект дистанционного занятия «Бросок мельница с опущением на колено» 27.04.20 п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи:

Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.

Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

#### Ход занятия

1. Организационный момент
2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок мельница с опущением на колено».

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:  
<https://www.youtube.com/watch?v=vXAp52VG8tM>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.

### **Конспект дистанционного занятия «Бросок подсечка передняя»**

**28.04.20 п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи:

Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.

Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

Ход занятия

1. Организационный момент
2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок подсечка передняя».

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:  
<https://www.youtube.com/watch?v=1bXwEiZWm1I>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.

### **Конспект дистанционного занятия «Бросок подсечка задняя»**

**29.04.20 п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи:

Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.

Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

Ход занятия

1. Организационный момент
2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок подсечка задняя».

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:  
<https://www.youtube.com/watch?v=wwPePUMxN-E>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.

### **Конспект дистанционного занятия «Бросок подсечка боковая»**

**29.04.20 п.д.о. Барбашин С.В.**

Цель: овладение техническими навыками борьбы в партере и проведение бросков.

Задачи:

Образовательная - ознакомить учащихся с техникой проведения броска.

Воспитательная – комплексное развитие координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувству ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

Оздоровительная – содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

Ход занятия

1. Организационный момент

2. Разминка
3. Объяснение нового материала
4. Просмотр видео материала
5. Практическая часть. Отработка нового материала (обсуждение)
6. Рефлексия
7. Домашние задание

Здравствуйтесь.

Сегодня мы проходим тему «Бросок подсечка боковая».

Ознакомьтесь с материалом по теме по ссылке:  
<https://www.youtube.com/watch?v=hVij08-bnpA>

После просмотра, обучающего видео, законспектируйте последовательность выполнения приема. Помните, пожалуйста, об необходимости поддержания физической формы с помощью регулярных тренировок на функционал.