26.04.2020 год.

**План занятий**

**Объединение «традиционные казачьи боевые единоборства», группа 5-го года обучения. Педагог Кушнарев В.В.**

**Форма обучения** - дистанционная, с использованием мобильной сотовой и интернет сетей.

**Тема занятия:**"Способы перемещения личного состава в бою".

**Цель и задачи:** датькраткое представление оспособах перемещения личного состава в бою."

- научить правильному и безопасному передвижению на поле боя

- воспитывать стремление преодолевать трудности.

**Ход занятия:** Просмотр видео

**https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12688631984998460757&from=tabbar&parent-reqid=1586151771294941-1305702197682263769300180-vla1-2400&text=Цели+и+задачи%3A+военная+подготовка+тема+занятия+способы+перемещения+личного+состава+в+бою**



26.04.2020 год.

**План занятий**

**Объединение «традиционные казачьи боевые единоборства», группа 4-го года обучения. Педагог Кушнарев В.В.**

**Форма обучения** - дистанционная, с использованием мобильной сотовой и интернет сетей.

**Тема занятия:** "Кулачки" Бой "сам на сам".

**Цели и задачи:** дать краткое представление о  "Кулачки" Бой "сам на сам".

- развитие координационных способностей таких как (равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, а также согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- соблюдение  правил техники безопасности во время занятий;

- воспитание дисциплинированности, отзывчивости, смелости во время проведения тренировочных занятий .

**Ход занятия:** имитация ударов. Выполнения упражнения ударной техники, выполнения упражнения бросковой техники, захваты, подсечки и т.п. Обучение технике перемещения

**Просмотр видео:** https://www.youtube.com/watch?v=ghBep0xiFD8

****

