

ГРАФИК ЗАНЯТИЙ

Онлайн-смены «Дистанционный заБЕГ!»

для групп физкультурно-спортивной направленности

учреждения дополнительного образования СП ДЮСШ ГБОУ СОШ с. Пестровка

в режиме дистанционного обучения

Понедельник 15.06.2020 г.

Группа	Время	Тема занятия	Ресурс, ссылка
Группа «Лёгкая атлетика»	9.00-9.30	Зарядка(видеозанятие)	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке https://youtu.be/aqXVkj74cq8
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	Тренировочное занятие Техника безопасности на уроках по лёгкой атлетике Переходим по ссылке в группе	https://yandex.ru/efir?stream_id=41a7a718bec9331db016eb8dc2396aec&from_block=logo_partner_player
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	Досуговое мероприятие Челлендж «ГТО на карантине»	Любишь спорт, готов себя проверить, выполняй нормативы ВФСК ГТО, делай крутые ролики и покажи всем свой результат! Присылай видео в соц. сети ВК https://vk.com/club195593983 и https://vk.com/club195594072
Группа «Футбол»	9.00-9.30	Зарядка(видеозанятие)	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке https://youtu.be/aqXVkj74cq8
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	Тренировочное занятие Разминка Переходим по ссылке в группе	

			https://yandex.ru/efir?stream_id=41a7a718bec9331db016eb8dc2396aec&from_block=logo_partner_player
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	Досуговое мероприятие «Урок безопасности» Переходим по ссылке в группе	https://ok.ru/video/1439742169499 .
Группа «Хоккей»	9.00-9.30	Зарядка(видеозанятие)	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке https://youtu.be/aqXVkj74cq8
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	Тренировочное занятие «Техника передвижения на коньках» Переходим по ссылке в группе	https://youtu.be/Z1QKCErIsKo
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	Досуговое мероприятия «Урок безопасности» Переходим по ссылке в группе	https://youtu.be/fK8V7_2cW6M
Группа «Волейбол»	9.00-9.30	Зарядка(видеозанятие)	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке https://youtu.be/aqXVkj74cq8
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	Тренировочное занятие Атака первым темпом Переходим по ссылке в группе	https://vk.com/video-63534631_456239024
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	Досуговое мероприятие «Урок безопасности» Переходим по ссылке в группе	https://youtu.be/keec6oqvjrc?t=251