

# ГРАФИК ЗАНЯТИЙ

Онлайн-смены «Дистанционный забег!»

для групп физкультурно-спортивной направленности

учреждения дополнительного образования СП ДЮСШ ГБОУ СОШ с. Пестровка

в режиме дистанционного обучения

**Четверг 18.06.2020 г.**

Группа	Время	Тема занятий	Ресурс, ссылка
Группа «Лёгкая атлетика»	9.00-9.30	<b>Зарядка(видеозанятие)</b>	Подключение по Viber, Instagram, Skype или по ссылке  <a href="https://youtu.be/TAx3Tvebn-4">https://youtu.be/TAx3Tvebn-4</a>
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	<b>Тренировочное занятие</b> Обучение техники бега с низкого старта Переходим по ссылке в группе	<a href="https://youtu.be/20uGUahStZ8">https://youtu.be/20uGUahStZ8</a>
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	<b>Досуговое мероприятие</b> Урок безопасности Переходим по ссылке в группе	<a href="https://ok.ru/video/1439742169499">https://ok.ru/video/1439742169499.</a> <a href="https://youtu.be/fK8V7_2cW6M">https://youtu.be/fK8V7_2cW6M</a> <a href="https://youtu.be/keec6oqvjrc?t=251">https://youtu.be/keec6oqvjrc?t=251</a>
Группа «Футбол»	9.00-9.30	<b>Зарядка(видеозанятие)</b>	Подключение по Viber, Instagram, Skype или по ссылке  <a href="https://youtu.be/TAx3Tvebn-4">https://youtu.be/TAx3Tvebn-4</a>
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	<b>Тренировочное занятие</b>	

		Техника удара Переходим по ссылке в группе	<a href="https://youtu.be/rbisuVVpdOM">https://youtu.be/rbisuVVpdOM</a>
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	<b>Досуговое мероприятие</b> Фильм «История Академия им. Коноплева» Переходим по ссылке в группе	<a href="https://yandex.ru/efir?stream_id=4ed080bda02109b797e8094ce01371c3&amp;from_block=logo_partner_player">https://yandex.ru/efir?stream_id=4ed080bda02109b797e8094ce01371c3&amp;from_block=logo_partner_player</a>
Группа «Хоккей»	9.00-9.30	<b>Зарядка(видеозанятие)</b>	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке  <a href="https://youtu.be/TAx3Tvebn-4">https://youtu.be/TAx3Tvebn-4</a>
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	<b>Тренировочное занятие</b> Специальные упражнения Переходим по ссылке в группе	<a href="https://youtu.be/7-JfpxVxdKA">https://youtu.be/7-JfpxVxdKA</a>
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	<b>Досуговое мероприятие</b> Фильм «Легенды спорта. Валерий Харламов» Переходим по ссылке в группе	<a href="https://youtu.be/JAmIcEJOCWs">https://youtu.be/JAmIcEJOCWs</a>
Группа «Волейбол»	9.00-9.30	<b>Зарядка(видеозанятие)</b>	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке  <a href="https://youtu.be/TAx3Tvebn-4">https://youtu.be/TAx3Tvebn-4</a>
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	<b>Тренировочное занятие</b> Нападающий удар Переходим по ссылке в группе	<a href="https://youtu.be/F9Z3D96gkcE">https://youtu.be/F9Z3D96gkcE</a>
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	<b>Досуговое мероприятие</b> Видеосюжет «Волейбол и технологии» Переходим по ссылке в группе	<a href="https://youtu.be/RYldJdP_p4s">https://youtu.be/RYldJdP_p4s</a>

