

ГРАФИК ЗАНЯТИЙ

Онлайн-смены «Дистанционный заБЕГ!»

для групп физкультурно-спортивной направленности

учреждения дополнительного образования СП ДЮСШ ГБОУ СОШ с. Пестровка

в режиме дистанционного обучения

Пятница 19.06.2020 г.

Группа	Время	Тема занятий	Ресурс, ссылка
Группа «Лёгкая атлетика»	9.00-9.30	Зарядка(видеозанятие)	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке https://vk.com/video-582917_456239604
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	Тренировочное занятие Тренировк ног Переходим по ссылке в группе	https://youtu.be/kkwPOU9o5Kc
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	Досуговое мероприятие Он-лайн соревнования по шахматам Переходим по ссылке в группе	https://vk.com/app5054094_24672070
Группа «Футбол»	9.00-9.30	Зарядка(видеозанятие)	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке https://vk.com/video-582917_456239604
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	Тренировочное занятие Правила футбола Переходим по ссылке в группе	https://youtu.be/RzcRh4IUJ4
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении

	13.00-15.00	Досуговое мероприятие Он-лайн соревнования по шахматам Переходим по ссылке в группе	https://vk.com/app5054094_24672070
Группа «Хоккей»	9.00-9.30	Зарядка(видеозанятие)	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке https://vk.com/video-582917_456239604
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	Тренировочное занятие Приём шайбы Переходим по ссылке в группе	https://youtu.be/qaUunF_q5kA
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	Досуговое мероприятие Он-лайн соревнования по шахматам Переходим по ссылке в группе	https://vk.com/app5054094_24672070
Группа «Волейбол»	9.00-9.30	Зарядка(видеозанятие)	Подключение по Viber,Instagram, Skype или по ссылке https://vk.com/video-582917_456239604
	9.30-10.00	«Завтрак спортсмена»	Перерыв в обучении
	10.00-11.30	Тренировочное занятие Тактика волейбола. Индивидуальные действия Переходим по ссылке в группе	https://youtu.be/qeXH9EBud0A
	12.00-13.00	«Обед по-домашнему»	Перерыв в обучении
	13.00-15.00	Досуговое мероприятие Он-лайн соревнования по шахматам Переходим по ссылке в группе	https://vk.com/app5054094_24672070