

Расписание занятий МБУ ДО "ЦДТ "Восход" 21.12.2020-27.12.2020

Название отделения/детского объединения	Ф.И.О. педагога	Группа, год обучения	Время занятия	Тема занятия	Способ*	Ресурс**
Физкультурно-спортивная направленность						
ВТОРНИК						
Вольная борьба	Аркадьев А.А.	1,3	15.00-15.30	Падение на спину из положения сидя	Самостоятельная работа	http://www.sambo.spb.ru/tehnich/strahov/spina_5.htm
Вольная борьба	Аркадьев А.А.	2,5	17.20-17.50	Акробатические упражнения	Самостоятельная работа	https://www.youtube.com/watch?v=oktC12LjnZw
ЧЕТВЕРГ						
Вольная борьба	Аркадьев А.А.	1,3	15.00-15.30	Падение на бок из положения сидя	Самостоятельная работа	http://www.sambo.spb.ru/tehnich/strahov/spina_5.htm
Вольная борьба	Аркадьев А.А.	2,5	7	Упражнения в самостраховке	Самостоятельная работа	https://zinref.ru/000_uchebniki/05000sport/001_SPORTIVNAYa_BORBA_Galkovskogo_1968/099.htm