

Расписание дистанционных занятий МБУ ДО "ЦДТ "Восход" с 08.11.2021 по 14.11.2021

Название детского объединения	Ф.И.О. педагога	Группа, год обучения	Время занятия	Тема занятия	Способ	Ресурс
Физкультурная-спортивная направленность						
Вторник 09.11						
ОФП	Аркадьев А.А.	2,1	17.00-17.30	Самостоятельная работа	Комплекс упражнений на развитие мышц живота. Строевые упражнения.	https://youtu.be/-3xnWF7EZJo
Вольная борьба	Аркадьев А.А.	1,4	18.00-18.30	Самостоятельная работа	Упражнения для комплексного развития силы. Игры с перетягиванием.	https://student-servis.ru/spravochnik/igry-i-estafety-na-razvitie-sily/
Четверг 11.11						
ОФП	Аркадьев А.А.	2,1	17.00 - 17.30	Самостоятельная работа	Комплекс упражнений на развитие мышц живота. Игра "Перепрыгни через ров".	https://www.youtube.com/watch?v=-3xnWF7EZJo
Вольная борьба	Аркадьев А.А.	1,4	18.00-18.30	Самостоятельная работа	Упражнения для комплексного развития силы. Игры с прорывом через строй.	https://student-servis.ru/spravochnik/igry-i-estafety-na-razvitie-sily/

