

Расписание занятий с 16.11. по 22.11.20

Педагог Шакуров Р.Ф.

Дни недели	Время	Способ обучения	Объединение	Тема занятия	Ресурс	Форма обучения
Пн 16.11	18:00	ЭОР	Футбол	О.Ф.П. О.Р.У.	Подробности в чате в Viber, Разминка самостоятельно, https://www.youtube.com/watch?v=U4cTNnAWSn8	Самостоятельная
Ср 18.11				Работа с мячом	1 разминка самостоятельно. 2 подробности в чате Viber	
Пт 20.11				Статика/ растяжка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=u8Y-L8jpLLA 3 подробности в чате Viber	

Дни недели	Время	Способ обучения	Объединение	Тема занятия	Ресурс	Форма обучения
Чт 19.11	19:00	ЭОР	Футбол	С.Ф.П. Кардиотренировка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=zT4NJC5fzWg 3 подробности в чате Viber	Самостоятельная
Сб 21.11				Работа с мячом	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=U4cTNnAWSn8 3 подробности в чате Vaiber	
Вс 22.11				Статика/ растяжка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=Jn3h3m5zVMk 3 подробности в чате Viber	