

Расписание занятий объединения «Футбол» с 9.11. по 15.11.20

Возраст детей 11-12 лет

Педагог Шакуров Р.Ф.

Дни недели	Время	Способ обучения	Тема занятия	Ресурс	Форма обучения
Понедельник 9.11.20	18:00	ЭОР	О.Ф.П. О.Р.У.	1.Разминка самостоятельно 2. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=U4cTNnAWSn8">https://www.youtube.com/watch?v=U4cTNnAWSn8</a> 3. Подробности в чате Viber	Самостоятельная
Среда 11.11.20			Работа с мячом	1.Разминка самостоятельно 2. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Y3qBp-6mZU">https://www.youtube.com/watch?v=Y3qBp-6mZU</a> 3. Подробности в чате Viber	
Пятница 13.11.20			Статика/ растяжка	1.Разминка самостоятельно 2. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=u8Y-L8jpLLA">https://www.youtube.com/watch?v=u8Y-L8jpLLA</a> 3. Подробности в чате Viber	

Возраст детей 13-17 лет

Дни недели	Время	Способ обучения	Тема занятия	Ресурс	Форма обучения
Четверг 12.11.20	19:00	ЭОР	С.Ф.П. Кардиотренировка	1. Разминка самостоятельно 2. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zT4NJC5fzWg">https://www.youtube.com/watch?v=zT4NJC5fzWg</a> 3. Подробности в чате Viber	Самостоятельная
Суббота 14.11.20			Работа с мячом	1.Разминка самостоятельно 2. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=U4cTNnAWSn8">https://www.youtube.com/watch?v=U4cTNnAWSn8</a> 3. Подробности в чате Vaiber	
Воскресенье 15.11.20			Статика/ растяжка	1. Разминка самостоятельно 2. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Jn3h3m5zVMk">https://www.youtube.com/watch?v=Jn3h3m5zVMk</a> 3. Подробности в чате Viber	