

Расписание занятий объединения «Футбол» с 6.04. по 30.04.2020 года
 возраст детей 13-17 лет
 педагог Шакуров Рашид Фаритович

Дата	Время	Способ обучения	Объединение	Тема занятия	Ресурс	Самостоятельная работа, домашнее задание
7.04.20	19:00	ЭОР, Самостоятельная работа	Футбол	С.Ф.П. Кардио-тренировка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=zT4NJC5fzWg 3 подробности в чате Viber	Самостоятельная работа
9.04.20				Работа с мячом	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=U4cTNnAWSn8 3 подробности в чате Vaiber	
11.04.20				Статика/растяжка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=8e7kiXsLvbg 3 подробности в чате Viber	
14.04.20				С.Ф.П. Кардио-тренировка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=Jn3h3m5zVMk 3 подробности в чате Vaiber	
16.04.20				Работа с мячом	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=u8Y-L8jpLLA 3 подробности в чате Viber	
18.04.20				Статика/растяжка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=_Y3qBp-6mZU 3 подробности в чате Viber	
21.04.20				С.Ф.П. Кардио-тренировка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=zT4NJC5fzWg 3 подробности в чате Viber	
23.04.20				Работа с мячом	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=U4cTNnAWSn8 3 подробности в чате Vaiber	
25.04.20				Статика/растяжка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=8e7kiXsLvbg 3 подробности в чате Viber	
28.04.20				С.Ф.П. Кардио-тренировка	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=Jn3h3m5zVMk 3 подробности в чате Vaiber	
30.04.20				Работа с мячом	1 разминка самостоятельно 2 https://www.youtube.com/watch?v=u8Y-L8jpLLA 3 подробности в чате Viber	

