

Расписание занятий объединения «Футбол» с 6.04. по 30.04.2020  
 Возраст детей 9-12 лет  
 педагог Шакуров Рашид Фаритович

Дата	Время	Способ обучения	Объединение	Тема занятия	Ресурс	Самостоятельная работа, домашнее задание
7.04.20	18:00	ЭОР, Самостоятельная работа	Футбол	О.Ф.П. О.Р.У.	Родительский чат в Viber, 30 сек работа/ 30 сек отдых. 7 упражнений в одном круге (раунде). Выполнить два круга, между кругами пауза 2 мин. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=_X0LvpC7af0">https://www.youtube.com/watch?v=_X0LvpC7af0</a>	Самостоятельная работа
9.04.20				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 Viber	
11.04.20				Статика/ растяжка	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	
14.04.20				О.Ф.П. О.Р.У.	Подробности в чате Viber <a href="https://www.youtube.com/watch?v=0QBLG8jPtHU">https://www.youtube.com/watch?v=0QBLG8jPtHU</a>	
16.04.20				Работа с мячом	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	
18.04.20				Статика/ растяжка	1 разминка самостоятельно 2 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=8e7kiXsLvbg">https://www.youtube.com/watch?v=8e7kiXsLvbg</a> 3 подробности в чате Viber	
21.04.20				О.Ф.П. О.Р.У.	30 сек работа/ 30 сек отдых. 7 упражнений в одном круге (раунде). Выполнить два круга, между кругами пауза 2 мин. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=_X0LvpC7af0">https://www.youtube.com/watch?v=_X0LvpC7af0</a>	
23.04.20				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	
25.04.20				Статика/ растяжка	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	
28.04.20				О.Ф.П. О.Р.У.	Подробности в чате Viber/ <a href="https://www.youtube.com/watch?v=0QBLG8jPtHU">https://www.youtube.com/watch?v=0QBLG8jPtHU</a>	
30.04.20				Работа с мячом	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	