

## Расписание занятий «Йога» (с 6.04 по 30.04)

педагог Панина Светлана Геннадьевна

Дни недели	Время	Способ обучения	Объединение	Тема занятия	Ресурс	Форма обучения
Понедельник 6.04	16.30	С помощью ЭОР; Самостоятельная работа	«Йога» 12-16 лет	Комплекс 23. «Ганцевальная йога»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=SXeVdEte9p4&amp;list=LLES77n-0Lrwfd_0uU1NjHyA&amp;index=16&amp;t=0s">https://www.youtube.com/watch?v=SXeVdEte9p4&amp;list=LLES77n-0Lrwfd_0uU1NjHyA&amp;index=16&amp;t=0s</a>	Самостоятельная
Среда 8.04	16.30	С помощью ЭОР; Самостоятельная работа	«Йога» 12-16 лет	Диагностическое занятие	<b>Диагностика по Краусу Веберу</b>	Самостоятельная
Понедельник 13.04	16.30	С помощью ЭОР; Самостоятельная работа	«Йога» 12-16 лет	Заключительное занятие	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=r29HR4GJhxU">https://www.youtube.com/watch?v=r29HR4GJhxU</a>	Самостоятельная
Среда 15.04	16.30	С помощью ЭОР; Самостоятельная работа	«Йога» 12-16 лет	Правила дыхательных упражнений	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=MtYYZUJH_Hw">https://www.youtube.com/watch?v=MtYYZUJH_Hw</a>	Самостоятельная
Понедельник 20.04	16.30	С помощью ЭОР; Самостоятельная работа	«Йога» 12-16 лет	Сияние черепа	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=FGSy71gYCh8">https://www.youtube.com/watch?v=FGSy71gYCh8</a>	Самостоятельная
Среда 23.04	16.30	С помощью ЭОР; Самостоятельная работа	«Йога» 12-16 лет	Дыхание со звуком «Ха» Дыхание победителя	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QQ4-qTBfmrw">https://www.youtube.com/watch?v=QQ4-qTBfmrw</a>	Самостоятельная
Понедельник 27.04	16.30	С помощью ЭОР;	«Йога» 12-16 лет	Медленное дыхание	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=96Hjz6M_Ods">https://www.youtube.com/watch?v=96Hjz6M_Ods</a>	Самостоятельная

		Самостоятельная работа		животом; полное дыхание		
Среда 29.04	16.30	С помощью ЭОР; Самостоятельная работа	«Йога» 12-16 лет	Дыхание пчелы	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=vSXe8srCiFE">https://www.youtube.com/watch?v=vSXe8srCiFE</a>	Самостоятельная