

Расписание занятий
«Готов к труду и обороне»

2 группы

Педагог: Николаева Е.В

Дата	Группа	Время	Тема занятия	Вид деятельности	Ресурс	Домашнее задание
18.10.2021	1	16:30-17:30	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере. Объяснение темы, цели и задач занятия	Выполнения комплекса ОРУ на мышцы рук, отжимания 10 раз
	2	17:30-18:30		Самостоятельная работа	Просмотр видео : https://www.youtube.com/watch?v=T3AoJZZEngA	
20.10.2021	1	16:30-17:30	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере. Объяснение темы, цели и задач занятия	Выполнения комплекса ОРУ на мышцы рук, отжимания 12 раз
	2	17:30-19:00		Самостоятельная работа	Просмотр видео : https://www.youtube.com/watch?v=T3AoJZZEngA	
22.10.2021	1	16:30-18:00	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере. Объяснение темы, цели и задач занятия	Выполнения комплекса ОРУ на мышцы рук, отжимания 10 раз
				Самостоятельная работа	Просмотр видео :	

	2	18:00-19:00		работа	https://www.youtube.com/watch?v=T3AoJZZEngA	
--	---	-------------	--	--------	---	--