

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ  
МБОУДО "Центр Гранит"**

с 15.11.2021 г. по 19.11.2021 г.  
Педагог дополнительного образования Байбиков Р.Ф.

<b>Дата</b>	<b>Время</b> <i>(указать при условии онлайн-подключения)</i>	<b>Способ реализации</b>	<b>Наименование программы</b> <b>(год обучения)</b>	<b>Тема</b>	<b>Ресурс/ссылка</b>
15.11.21	15:30-16:00	Он-лайн подключение	1Д Волейбол	Упражнения на развитие координации	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, просмотреть комплекс упражнений на развитие координации <a href="https://clck.ru/Yorgj">https://clck.ru/Yorgj</a>
	16:15-16:45	Он-лайн подключение	1Е Баскетбол	Упражнения на развитие координации	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке и просмотреть презентацию, ознакомиться с комплексом упражнений на развитие координации <a href="https://clck.ru/Yorm2">https://clck.ru/Yorm2</a>
	17:00-17:30	Он-лайн подключение	1Е Волейбол	Упражнения на развитие координации	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, просмотреть комплекс упражнений на развитие координации <a href="https://clck.ru/Yorgj">https://clck.ru/Yorgj</a>
	18:00-18:30	Он-лайн подключение	1Ж Волейбол	Упражнения на развитие координации	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, просмотреть комплекс упражнений на развитие координации <a href="https://clck.ru/Yorgj">https://clck.ru/Yorgj</a>
16.11.21	16:15-17:00	Он-лайн подключение	1Ж Баскетбол	Упражнения на развитие координации	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке и просмотреть презентацию, ознакомиться с комплексом

					упражнений на развитие координации <a href="https://clck.ru/Yorm2">https://clck.ru/Yorm2</a>
17.11.21	15:30-16:00	Он-лайн подключение	1Ж Баскетбол	Упражнения на скоростную выносливость	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть видеоматериал и повторить упражнения на развитие выносливости <a href="https://youtu.be/MiGoawI5Ln8">https://youtu.be/MiGoawI5Ln8</a>
	16:15-16:45	Он-лайн подключение	1Е Баскетбол	Упражнения на скоростную выносливость	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть видеоматериал и повторить упражнения на развитие выносливости <a href="https://youtu.be/MiGoawI5Ln8">https://youtu.be/MiGoawI5Ln8</a>
	17:00-17:30	Он-лайн подключение	1Е Волейбол	Упражнения на развитие выносливости	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть упражнения для развития выносливости <a href="https://youtu.be/TqGIYsDUiXA">https://youtu.be/TqGIYsDUiXA</a>
	18:00-18:30	Он-лайн подключение	1Д Волейбол	Упражнения на развитие выносливости	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть упражнения для развития выносливости <a href="https://youtu.be/TqGIYsDUiXA">https://youtu.be/TqGIYsDUiXA</a>
	19:00-19:30	Он-лайн подключение	1Ж Волейбол	Упражнения на развитие выносливости	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть упражнения для развития выносливости <a href="https://youtu.be/TqGIYsDUiXA">https://youtu.be/TqGIYsDUiXA</a>
18.11.21	16:15-16:45	Он-лайн подключение	1Д Волейбол	Упражнения на скоростную выносливость	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть видеоматериал и повторить несколько упражнений на развитие скоростной выносливости <a href="https://youtu.be/uq6oq493NO8">https://youtu.be/uq6oq493NO8</a>

19.11.21	15:30-16:00	Он-лайн подключение	1Е Баскетбол	Упражнения на развитие общей выносливости	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть видеоматериал изучив упражнения на развитие общей выносливости <a href="https://youtu.be/whYhBbyldCc">https://youtu.be/whYhBbyldCc</a>
	16:15-16:45	Он-лайн подключение	1Ж Баскетбол	Упражнения на развитие общей выносливости	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть видеоматериал изучив упражнения на развитие общей выносливости <a href="https://youtu.be/whYhBbyldCc">https://youtu.be/whYhBbyldCc</a>
	17:00-17:30	Он-лайн подключение	1Е Волейбол	Упражнения на скоростную выносливость	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть видеоматериал и повторить несколько упражнений на развитие скоростной выносливости <a href="https://youtu.be/uq6oq493NO8">https://youtu.be/uq6oq493NO8</a>
	18:00-18:30	Он-лайн подключение	1Ж Волейбол	Упражнения на скоростную выносливость	Скайп, в случае отсутствия подключения, пройти по ссылке, посмотреть видеоматериал и повторить несколько упражнений на развитие скоростной выносливости <a href="https://youtu.be/uq6oq493NO8">https://youtu.be/uq6oq493NO8</a>