

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ МБОУ ДО «ЦЕНТР ГРАНИТ»
ПЕДАГОГА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МОРОЗОВОЙ М.В.
08.11.2021-12.11.21**

| Дата | Время (указать при условии онлайн- подключен ия) | Способ реализации | Наименование программы (год обучения) | Тема | Ресурс/ссылка |
|-------------|---|--|--|---|---|
| 08.11.21 | 14.30-15.00 15.10-15.40 | Учебные практические занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. Упражнения для укрепления мышц спины. | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=Eiz2qc6x7vc |
| 08.11.21 | 15.50-16.20 16.30-17.00 | Учебные практические занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. Упражнения для укрепления мышц спины. | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=Eiz2qc6x7vc |
| 08.11.21 | 17.10-17.40 17.50-18.20 | Учебные практические занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. Упражнения для укрепления мышц спины. | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=Eiz2qc6x7vc |
| 09.11.21 | 15.00-15.30 15.40-16.10 | Учебные практические занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. Комплекс ОФП Растягивающие упражнения. | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=m5fmScdN34Q |
| 09.11.21 | 16.20-16.50 | Учебные практические | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 |

| | | | | | |
|----------|----------------------------|---|---------------------|--|---|
| | 17.00-17.30 | занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | | Комплекс ОФП Растягивающие упражнения. | в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=m5fmScdN34Q |
| 10.11.21 | 14.30-15.00 15.10-15.40 | Учебные практические занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. Упражнения на укрепление мышц пресса | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=7wuy64DTjwo |
| 10.11.21 | 15.50-16.20 16.30-17.00 | Учебные практические занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. Комплекс ОФП. Растягивающие упражнения. | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=m5fmScdN34Q |
| 10.11.21 | 17.10-17.40 17.50-18.20 | Учебные практические занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. Комплекс ОФП. Растягивающие упражнения. | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=m5fmScdN34Q |
| 12.10.21 | 15.00-15.30 15.40-16.10 | Учебные практические занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. Упражнения на укрепление мышц пресса | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=7wuy64DTjwo |
| 12.10.21 | 16.20-16.50 17.00-17.30 | Учебные практические занятия, работа с учебным материалом по заданию педагога | «Дзюдо СОГ» СОГ1 | Разминка. Упражнения на укрепление мышц пресса | https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2 в случае отсутствия связи смотреть: https://www.youtube.com/watch?v=7wuy64DTjwo |