

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ МБОУДО "Центр Гранит"

с 05.02.2022 г. по 13.02.2022 г.

Педагог дополнительного образования Докучаева Л.А.

Дата	Время	Наименование программы (год обучения)	Тема	Ресурс/ссылка
07.02	14.50-15.20 15.30-16.00	ДЗЮДО СОГ 1 г.о.	Тай-сабаки - повороты тела в дзюдо / Белый пояс дзюдо (6 КЮ)	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=Qxu1F1ve_9k
07.02	16.10-16.40 16.50-17.20	ДЗЮДО СОГ 3 г.о.	Имитация приемов на 5 кю (желтый пояс)	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://vk.com/video170320897_164930627
07.02	17.30-18.00 18.10-18.40	ДЗЮДО СОГ 4 г.о.	Комплекс имитационных упражнений для броска в домашних условиях . Комплекс ОФП.	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://thclips.com/video/Dt9GR2Qdbzo/видео-урок-для-детей-дзюдо.html
08.02	14.00-14.30	Культура здоровья СОГ 1 г.о.	Тай-сабаки - повороты тела в дзюдо / Белый пояс дзюдо (6 КЮ)	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=Qxu1F1ve_9k
08.02	16.00-16.30 16.40-17.10	ДЗЮДО СОГ 3 г.о.	Комплекс имитационных упражнений для броска в домашних условиях . Комплекс ОФП.	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://thclips.com/video/Dt9GR2Qdbzo/видео-урок-для-детей-дзюдо.html
09.02	14.00-14.30	Культура здоровья СОГ 1 г.о.	Комплекс ОФП для детей 7-8 лет.	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?filmId=4516654867956856007&text=домашняя%20тренировка%20для%20детей%207-8%20лет%20офп%20для%20дзюдоистов&path=wizard&parent-reqid=1589797874630763-1128815479664118469000295-prestable-app-host-sas-web-yp-131&redircnt=1589797920.1
09.02	14.50-15.20 15.30-16.00	ДЗЮДО СОГ 1 г.о.	Кумиката и кудзуши - захваты и выведения из равновесия в дзюдо/Белый пояс дзюдо (6 КЮ)	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=WQgRHHlviGc
09.02	16.10-16.40	ДЗЮДО СОГ	Имитация приемов на 5 кю (желтый	on-line в группе вайбер объединения дзюдо

	16.50-17.20	3 г.о.	пояс)	т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://vk.com/video170320897_164930627
09.02	17.30-18.00 18.10-18.40	ДЗЮДО СОГ 4 г.о.	ОФП в домашних условиях для детей по дзюдо	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=7wab80kWppY
10.02	16.00-16.30 16.40-17.10	ДЗЮДО СОГ 3 г.о.	Имитация приемов на 5 кю (желтый пояс)	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://vk.com/video170320897_164930627
11.02	14.00-14.30	Культура здоровья СОГ 1 г.о.	Тай-сабаки - повороты тела в дзюдо / Белый пояс дзюдо (6 КЮ)	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=Qxu1F1ve_9k
11.02	14.50-15.20 15.30-16.00	ДЗЮДО СОГ 1 г.о.	Имитация приемов на 5 кю (желтый пояс)	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://vk.com/video170320897_164930627
11.02	16.10-16.40 16.50-17.20	ДЗЮДО СОГ 3 г.о.	Тренировка по дзюдо дома	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?text=тренировка%20по%20дзюдо%20дома%20видео&path=wizard&parent-reqid=1635508178224272-7267160402364858819-vla1-4526-vla-l7-balancer-8080-BAL-3809&wiz_type=vital&filmId=8647601193242762261
11.02	17.30-18.00 18.10-18.40	ДЗЮДО СОГ 4 г.о.	Тренировка по дзюдо дома	on-line в группе вайбер объединения дзюдо т.89272147646 в случае отсутствия связи смотреть материал по ссылке https://yandex.ru/video/preview/?text=тренировка%20по%20дзюдо%20дома%20видео&path=wizard&parent-reqid=1635508178224272-7267160402364858819-vla1-4526-vla-l7-balancer-8080-BAL-3809&wiz_type=vital&filmId=8647601193242762261