

## РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ МБОУДО "Центр Гранит"

с 14.02.2022 г. по 18.02.2022 г.

Педагог дополнительного образования Морозова Мария Валерьевна

Дата	Время	Наименование программы (год обучения)	Тема	Ресурс/ссылка
14.02.22	14.30-15.00 15.10-15.40	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Повторение аттестации на 6 кю  ОФП  Растяжка	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a> в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/results?search_query=дзюдо+6+кю">https://www.youtube.com/results?search_query=дзюдо+6+кю</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=j2HxPAeETBM&amp;t=123s">https://www.youtube.com/watch?v=j2HxPAeETBM&amp;t=123s</a>
14.02.22	15.50-16.20 16.30-17.00	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Знакомство с техникой бросков и удержаний для 5 кю  ОФП	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a> в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7wab80kWppY&amp;t=279s">https://www.youtube.com/watch?v=7wab80kWppY&amp;t=279s</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=l0BIWey6crA">https://www.youtube.com/watch?v=l0BIWey6crA</a>
14.02.22	17.10-17.40 17.50-18.20	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Повторение аттестации на 6 кю  ОФП  Растяжка	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a> в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/results?search_query=дзюдо+6+кю">https://www.youtube.com/results?search_query=дзюдо+6+кю</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=j2HxPAeETBM&amp;t=123s">https://www.youtube.com/watch?v=j2HxPAeETBM&amp;t=123s</a>
15.02.22	15.00-15.30 15.40-16.10	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Повторение аттестации на 6 кю  ОФП  Растяжка	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a> в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/results?search_query=дзюдо+6+кю">https://www.youtube.com/results?search_query=дзюдо+6+кю</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=j2HxPAeETBM&amp;t=123s">https://www.youtube.com/watch?v=j2HxPAeETBM&amp;t=123s</a>
15.02.22	16.20-16.50 17.00-17.30	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Знакомство с техникой бросков и удержаний для 5 кю	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a>

			ОФП	в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7wab80kWppY&amp;t=279s">https://www.youtube.com/watch?v=7wab80kWppY&amp;t=279s</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=l0BIWey6crA">https://www.youtube.com/watch?v=l0BIWey6crA</a>
16.02.22	14.30-15.00 15.10-15.40	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Повороты тела в дзюдо  ОФП	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a> в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yXKcDiu50NE&amp;t=202s">https://www.youtube.com/watch?v=yXKcDiu50NE&amp;t=202s</a>
16.02.22	15.50-16.20 16.30-17.00	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Повороты тела в дзюдо  ОФП	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a> в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yXKcDiu50NE&amp;t=202s">https://www.youtube.com/watch?v=yXKcDiu50NE&amp;t=202s</a>
16.02.22	17.10-17.40 17.50-18.20	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Знакомство с техникой бросков и удержаний для 5 кю  ОФП	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a> в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7wab80kWppY&amp;t=279s">https://www.youtube.com/watch?v=7wab80kWppY&amp;t=279s</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=l0BIWey6crA">https://www.youtube.com/watch?v=l0BIWey6crA</a>
18.02.22	15.00-15.30 15.40-16.10	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Повороты тела в дзюдо  ОФП	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a> в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yXKcDiu50NE&amp;t=202s">https://www.youtube.com/watch?v=yXKcDiu50NE&amp;t=202s</a>
18.02.22	16.20-16.50 17.00-17.30	«Дзюдо СОГ» СОГ1	Повороты тела в дзюдо  ОФП	<a href="https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2">https://invite.viber.com/?g=ohnyHr3f8k1yE5Itgvs6fZu7nNq6TIE2</a> в случае отсутствия связи смотреть: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yXKcDiu50NE&amp;t=202s">https://www.youtube.com/watch?v=yXKcDiu50NE&amp;t=202s</a>