Расписание занятий дистанционного обучения в объединениях физкультурно-спортивной направленности

(педагог дополнительного образования – Легостаев П.И.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Объединение | Дата и время проведения | Тема | Ресурс, задание |
| Витязь 1 гр. | 07.10  .17:00-17:40 (10 мин.перерыв)  17:50-18:30  12.10  17:00-17:40 (10 мин.перерыв)  17:50-18:10  14.10  17:00-17:40 (10 мин.перерыв)  17:50-18:30 | Врачебный контроль, самоконтроль, спортивный массаж.  Моральная, психологическая и физическая подготовка борца  Бег на разные дистанции. | Задание в группе социальной сети ВК |
| «Витязь» 2 гр. | 07.10  18.40-19.20(10 мин.перерыв)  19.30-19.50  12.10  18.20-19.00(10 мин.перерыв)  19.10-19.50  14.10  18.40-19.20(10 мин.перерыв)  19.30-19.50 | Врачебный контроль, самоконтроль, спортивный массаж.  Моральная, психологическая и физическая подготовка борца.  Бег на разные дистанции | Задание в группе социальной сети ВК |