

**Расписание занятий**  
**«Готов к труду и обороне»**

**2 группы**

**Педагог: Николаева Е.В**

Дата	Группа	Время	Тема занятия	Вид деятельности	Ресурс	Домашнее задание
25.10.2021	1	16:30-17:30	Приседания на двух ногах	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере. Объяснение темы, цели и задач занятия	Выполнения комплекса ОРУ на мышцы ног Приседания 10-15 раз за 2 подхода
	2	17:30-18:30		Самостоятельная работа	Показать правильное выполнение упражнения Просмотр видео: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=reI88IvAqxY">https://www.youtube.com/watch?v=reI88IvAqxY</a>	
27.10.2021	1	16:30-17:30	Приседания на двух ногах	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере. Объяснение темы, цели и задач занятия	Выполнения комплекса ОРУ на мышцы ног, приседания 10-15 раз
	2	17:30-19:00		Самостоятельная работа	Показать правильное выполнение упражнения Просмотр видео: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=reI88IvAqxY">https://www.youtube.com/watch?v=reI88IvAqxY</a>	
29.10.2021	1	16:30-18:00	Приседания на двух ногах	Работа с педагогом	Видеоконференцсвязь в вайбере. Объяснение темы, цели и задач занятия	Выполнения комплекса ОРУ на мышцы ног, приседания 10-15 раз
	2	18:00-19:00		Самостоятельная работа	Показать правильное выполнение упражнения Просмотр видео: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=reI88IvAqxY">https://www.youtube.com/watch?v=reI88IvAqxY</a>	