

**Ежедневное РАСПИСАНИЕ
тренировочных занятий «Онлайн Лето2020»
на 29.06.2020г.**

Группа Профи «Волейбол» (тренер - преподаватель Широкова Д.В.)				
Время	Мероприятие	Онлайн подключения	С использованием ЭОР	При отсутствии технических возможностей
9.00 - 9.10	Утренняя переключка	Онлайн подключение через Скайп или ZOOM	Переключка в групповых чатах (через мессенджер)	Переключка по телефону (звонок или смс)
9.10-9.30	Зарядка	На платформе ZOOM	Перейдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=C84BaGhn3Q4	Выполните комплекс упражнений №1
9.30 - 9.40	Дайджест - новости	Онлайн подключение через Скайп или ZOOM	Изучите информацию, размещенную в сообществах	Прослушайте голосовое сообщение в групповых чатах (через мессенджер)
9.40-10.20	Завтрак			
10.20 – 11.00	Свободное время			
11.00-11.40	Тренировочное занятие: Расположение игроков и зоны на площадке. Рассказ.	Подключитесь к конференции на платформе ZOOM за 5 минут до начала тренировки		Изучите размещенную в группах информацию
11.50-12.30		Перейдите по ссылке: https://scsw.ru/zony-v-volleybole/		
12.30 – 13.00	Свободное время			
13.00 – 14.00	Обед			
14.00 – 16.00	<u>Воспитательное мероприятие смены:</u> Спорт против наркотиков	Подведение итогов акции		
в течение дня	<u>Досуговое мероприятие сообщества:</u> Игра с мячом	Пришлите видео в группу «Волейбол»		
Группа Новичок «Волейбол» (тренер - преподаватель Широкова Д.В.)				
Время	Мероприятие	Онлайн подключения	С использованием ЭОР	При отсутствии технических возможностей
9.00 - 9.10	Утренняя переключка	Онлайн подключение через Скайп или ZOOM	Переключка в групповых чатах (через мессенджер)	Переключка по телефону (звонок или смс)
9.10-9.30	Зарядка	На платформе ZOOM	Перейдите по ссылке:	Выполните комплекс

			https://www.youtube.com/watch?v=C84BaGhn3Q4	упражнений №1
9.30 - 9.40	Дайджест - новости	Онлайн подключение через Скайп или ZOOM	Изучите информацию, размещенную в сообществах	Прослушайте голосовое сообщение в групповых чатах (через мессенджер)
9.40-10.20	Завтрак			
10.20 – 11.00	Свободное время			
11.00-11.40	Тренировочное занятие: Расположение игроков и зоны на площадке. Рассказ.	Перейдите по ссылке: https://scsw.ru/zony-v-voleybole/		Изучите размещенную в группах информацию
11.50-12.30		Подключитесь к конференции на платформе ZOOM за 5 минут до начала тренировки		
12.30 – 13.00	Свободное время			
13.00 – 14.00	Обед			
14.00 – 16.00	<u>Воспитательное мероприятие смены:</u> Спорт против наркотиков	Подведение итогов акции		
в течение дня	<u>Досуговое мероприятие сообщества:</u> Игра с мячом	Пришлите видео в группу «Волейбол»		

**Ежедневное РАСПИСАНИЕ
тренировочных занятий «Онлайн Лето2020»
на 30.06.2020г.**

<i>Группа Профи «Волейбол» (тренер – преподаватель Широкова Д.В.)</i>				
Время	Мероприятие	Онлайн подключения	С использованием ЭОР	При отсутствии технических возможностей
9.00 – 9.10	Утренняя переключка	Онлайн подключение через Скайп или ZOOM	Переключка в групповых чатах (через мессенджер)	Переключка по телефону (звонок или смс)
9.10-9.30	Зарядка	На платформе ZOOM	Перейдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=C84BaGhn3Q4	Выполните комплекс упражнений №1
9.30 – 9.40	Дайджест – новости	Онлайн подключение через Скайп или ZOOM	Изучите информацию, размещенную в сообществах	Прослушайте голосовое сообщение в групповых чатах (через мессенджер)
9.40-10.20	Завтрак			
10.20 – 11.00	Свободное время			
11.00-11.40	Тренировочное занятие:	Подключитесь к конференции на платформе ZOOM за 5 минут до начала		Изучите размещенную в

	Растяжка на все тело	тренировки	группах информацию	
11.50-12.30		Перейдите по ссылке: https://youtu.be/pGHmOScTgBo		
12.30 – 13.00	Свободное время			
13.00 – 14.00	Обед			
14.00 – 16.00	<u>Досуговое мероприятие сообщества: «Чему вы научились»</u>	Покажите все элементы волейбола. Пришлите видео в группу «Волейбол»		
в течение дня	<u>Воспитательное мероприятие смены: Закрытие онлайн смены</u>	Подведение итогов активности «Онлайн Лето 2020»		
Группа Новичок «Волейбол» (тренер - преподаватель Широкова Д.В.)				
Время	Мероприятие	Онлайн подключения	С использованием ЭОР	При отсутствии технических возможностей
9.00 – 9.10	Утренняя переключка	Онлайн подключение через Скайп или ZOOM	Переключка в групповых чатах (через мессенджер)	Переключка по телефону (звонок или смс)
9.10-9.30	Зарядка	На платформе ZOOM	Перейдите по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=C84BaGhn3Q4	Выполните комплекс упражнений №1
9.30 – 9.40	Дайджест – новости	Онлайн подключение через Скайп или ZOOM	Изучите информацию, размещенную в сообществах	Прослушайте голосовое сообщение в групповых чатах (через мессенджер)
9.40-10.20	Завтрак			
10.20 – 11.00	Свободное время			
11.00-11.40	<u>Тренировочное занятие:</u> Растяжка на все тело	Перейдите по ссылке: https://youtu.be/pGHmOScTgBo	Изучите размещенную в группах информацию	
11.50-12.30		Подключитесь к конференции на платформе ZOOM за 5 минут до начала тренировки		
12.30 – 13.00	Свободное время			
13.00 – 14.00	Обед			
14.00 – 16.00	<u>Досуговое мероприятие сообщества: «Чему вы научились»</u>	Покажите все элементы волейбола. Пришлите видео в группу «Волейбол»		
в течение дня	<u>Воспитательное мероприятие смены: Закрытие онлайн смены</u>	Подведение итогов активности «Онлайн Лето 2020»		