

Расписание дистанционных занятий педагога МБОУДО ДТДМ Залалетдинов А.Р.

Дата	Время	Способ реализации	Программа (год обучения)	Тема	Ресурс/ссылка
08.06 понедельник	12:00	Развитие силы и гибкости	Футбол	ОФП	Использование знаний базовых тренировок
		Разбор и выполнение упржнений на технику в домашних условиях		Тактическая подготовка	https://vk.com/dtdmfoot
09.06 Вторник	12:00	Развитие прыгучести и силовой выносливости	Футбол	ОФП	Использование знаний базовых тренировок
		Разбор и выполнение упржнений на технику в домашних условиях		Тактическая подготовка	https://vk.com/dtdmfoot
10.06 Среда	12:00	Развитие координационных способностей	Футбол	ОФП	Использование знаний базовых тренировок
		Развитие силы и гибкости		Тактическая подготовка	https://vk.com/dtdmfoot
11.06 Четверг	12:00	Развитие прыгучести и силовой выносливости	Футбол	ОФП	Использование знаний базовых тренировок
		Разбор и выполнение упржнений на технику в домашних условиях		Тактическая подготовка	https://vk.com/dtdmfoot

