

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеский Центр «Надежда»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Детская оздоровительная аэробика»

Возраст обучающихся 10-17 лет



Обучение с применением дистанционных образовательных технологий:

Период обучения: 06.04.2020г. – 30.04.2020г.

Продолжительность занятия: 30 минут в день / 3 занятия в неделю.

Индивидуальное задание и инструкции размещаются:

- на официальном сайта учреждения МБУДО «ДЮЦ «Надежда» <http://nadegda62.ru>, в разделе «Дистанционное обучение»;
- высылается учащемуся по WhatsApp, Viber;
- для детей, не имеющих доступа к сети «Интернет», задания получают родители по телефону.

Индивидуальное задание выполняется учащимся на диске.

Форма контроля: фото-отчет высылается педагогу по WhatsApp, Viber;

Педагог оформляет отчет в программе телефона «Magic Photo Collage» и предоставляется по эл. почте NADEGDA-Sokolow@yandex.ru.

Отчет размещается на официальном сайта учреждения.

педагог дополнительного образования – Гудкова Н.В.

Рязань, апрель 2020 г.

Задание № 1

«Комплекс с мячом»



Задание № 2

«Упражнения на растяжку»

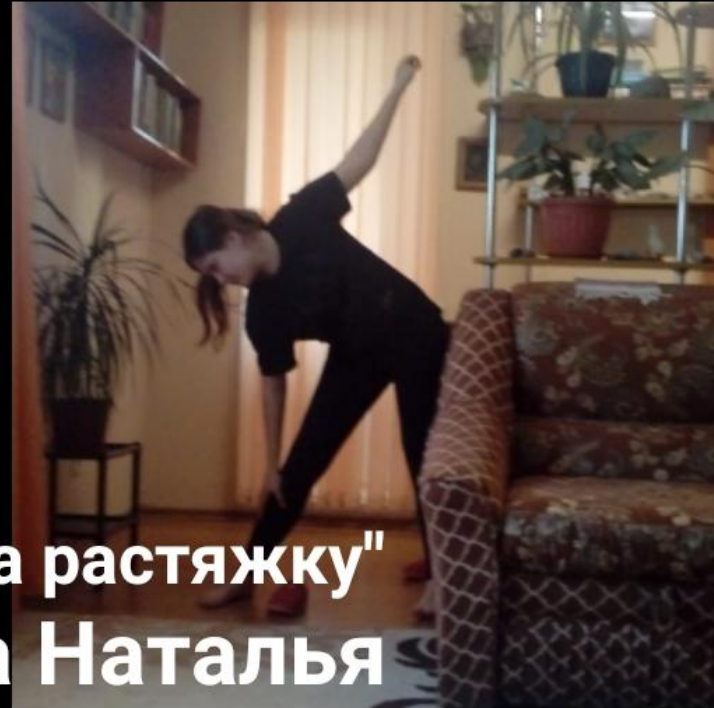
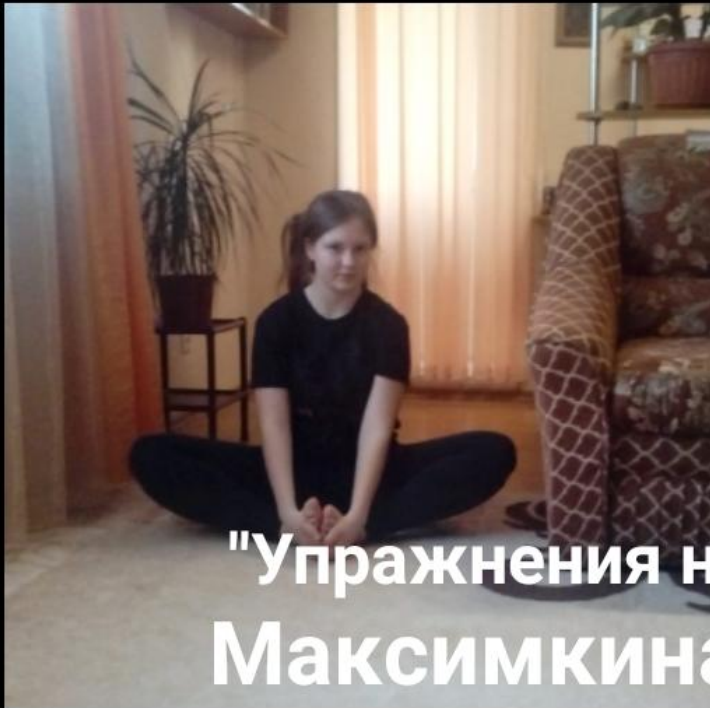


Задание № 3

«Силовая тренировка»

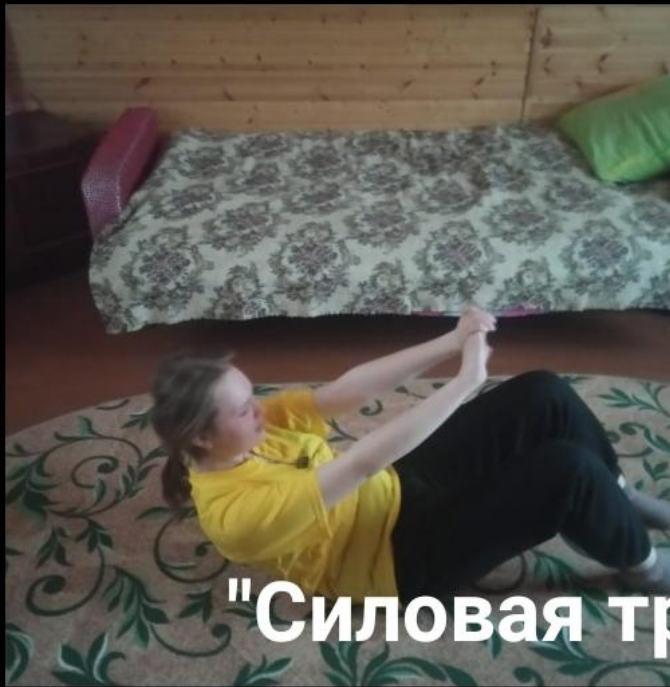


ФОТО-отчеты учащихся оформляются педагогом в программе для телефона «Magic Photo Collage»

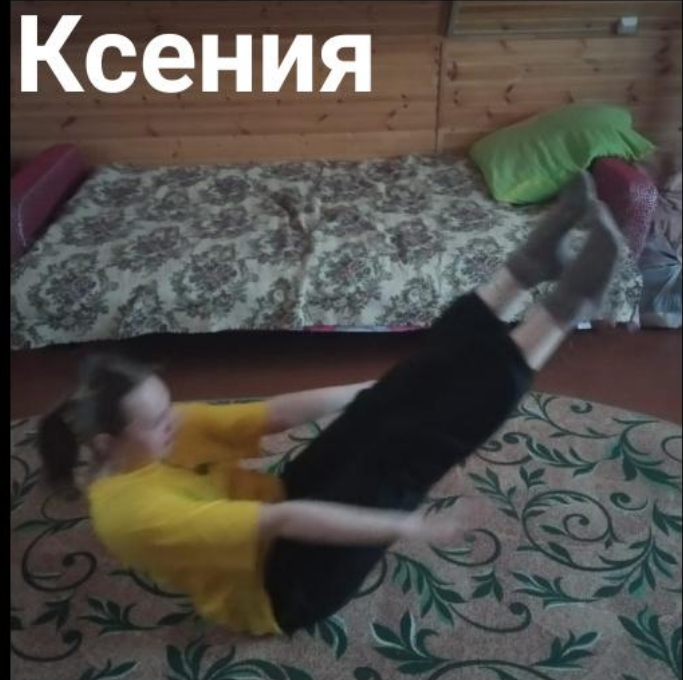


**"Упражнения на растяжку"
Максимкина Наталья**

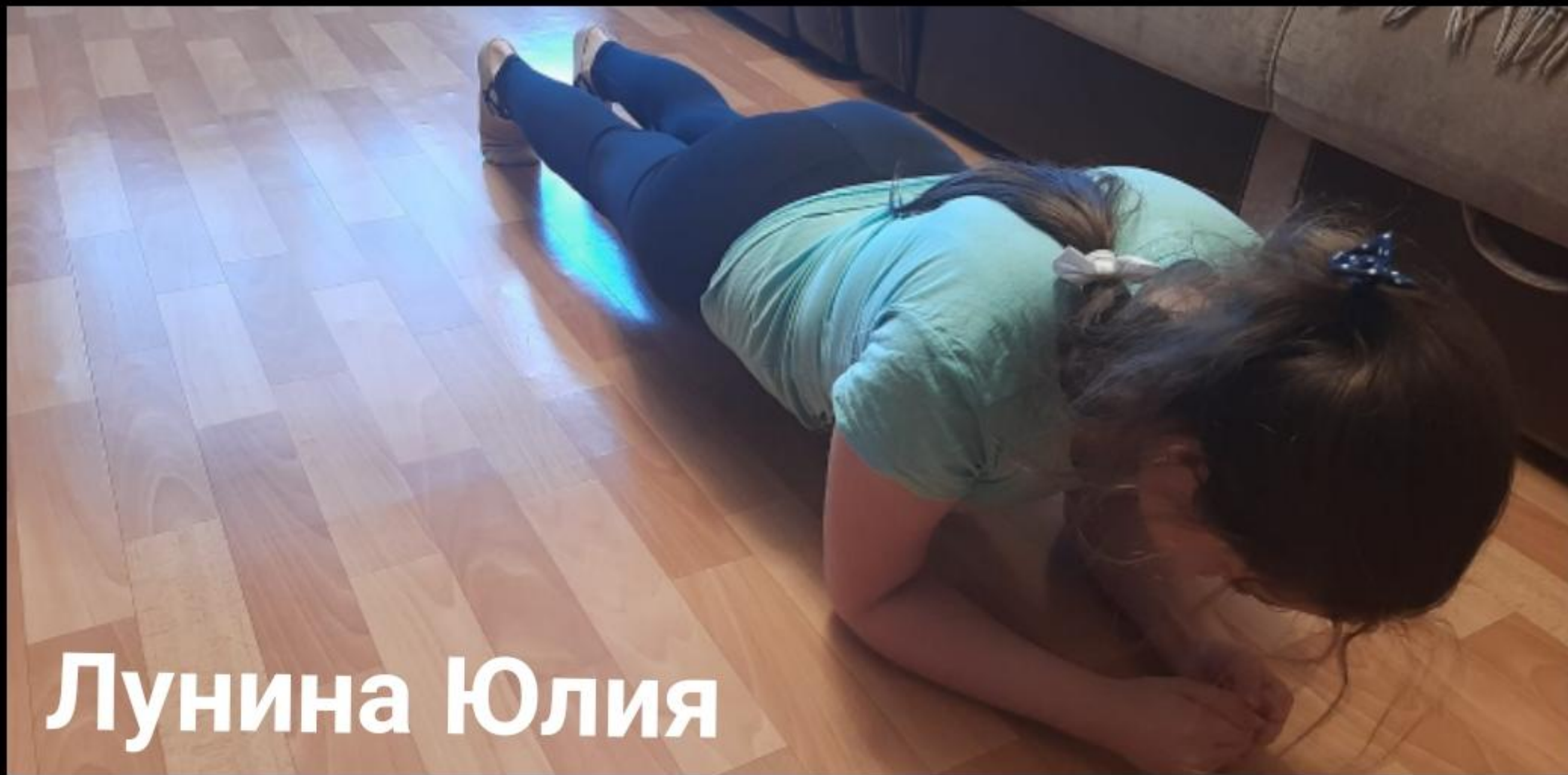




"Силовая тренировка"



Зубарева Ксения



Лунина Юлия