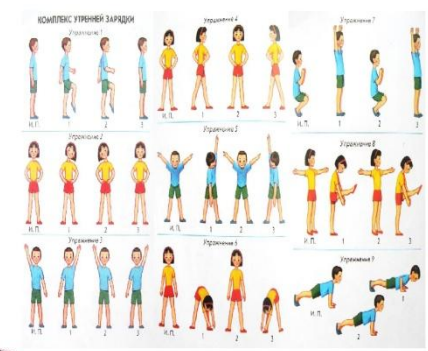


Расписание занятий досуговой деятельности с 29.06-30.06.2020

Урок	Время	Предмет	Тема занятия	Ресурс	
				При наличии технической возможности (выход в интернет)	При отсутствии тех возможности
29 июня 2020 г.					
1	8.30-9.00	Зарядка.	Утренняя гимнастика.	Повтори упражнения: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=10581415805213610578&text=%D1%83%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F%D1%8F%20%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2&path=wizard&parent-reqid=1591031941337210-260294606766713468100292-prestable-app-host-sas-web-yp-148&redircnt=1591031974.1	25 октября отмечается Всероссийский день гимнастики. Регулярные занятия гимнастикой улучшает общее состояние здоровья, помогут улучшить, развить, устранить дефекты телосложения, исправить осанку. Занимайтесь гимнастикой! 
2	9.00-9.30	Завтрак.			

3	9.30-10.00	День творчества	Природный материал – что это такое?	Просмотрите материал: https://yandex.ru/video/preview?filmId=7957662948803382289&text=%D0%9F%D1%80%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B0%D0%BB%20%E2%80%93%D1%87%D1%82%D0%BE%20%D1%8D%D1%82%D0%BE%20%D1%82%D0%B0%D0%BA%D0%BE%D0%B5%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE&path=wizard&parent-reqid=1593062894656769-268440166267970761600133-production-app-host-vla-web-yp-86&redircnt=1593063837.1	Соберите всевозможный природный материал в своем дворе.
4	10.00-10.30	Динамическая пауза	Игры на свежем воздухе.	Прочитай статью и выбери для себя игру: https://lifehacker.ru/10-dvorovyx-igr/	Поиграй в игру во дворе своего дома.
5	10.30-11.00	День творчества	Конкурс поделок из природного материала «Ах, это лето!»	Изготовить поделку из природного материала. Фото готовой поделки поместить в группу.	Изготовить поделку из природного материала. Фото готовой поделки поместить в группу.
6	11.30-12.00	Динамическая пауза	Игры на свежем воздухе.		Поиграй в игру во дворе своего дома.
7	12.00-12.30	Обед			
8	12.30-...	Сообщество «IT-шки» приглашает ребят в увлекательный мир IT-технологий! Здесь вы познакомитесь с основами программирования, 3D моделирования, а так же узнаете о простых правилах механики. Вы научитесь создавать несложные программы для компьютерных игр и управлять роботом. Занятия в сообществе будут проходить в формате онлайн-конференций. Вы увлекательно и с пользой проведёте время! Присоединяйтесь! https://vk.com/public195851126			

30 июня 2020 г.

1	8.30-9.00	Зарядка.	Утренняя гимнастика.	Повтори упражнения: https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15224413745330801192&text=%D1%83%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F%D1%8F+%D0%B3%D0%B8%D0%BC%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0+%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81+%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2&pa th=wizard&parent-regid=1591031941337210-260294606766713468100292-prestable-app-host-sas-web-yp-148&redircnt=1591031974.1	 Примерный комплекс утренней зарядки Начинать зарядку следует с ходьбы (можно на месте) - это упражнение подготавливает организм к предстоящей физической нагрузке. ● Первое упражнение – поднимание рук вверх или в стороны. Это упражнение помогает выпрямить позвоночник, улучшить кровообращение в мышцах плечевого пояса и рук. ● Второе упражнение – круговые движения согнутыми руками вперед, назад. Это упражнение увеличивает эластичность и подвижность суставов рук, кровообращение. ● Третье упражнение – различные наклоны вперед, назад, вправо, влево. Это упражнение укрепляет мышцы туловища, спины и живота, увеличивает подвижность и эластичность позвоночника, улучшает деятельность органов брюшной полости. ● Четвертое упражнение – приседания. Это упражнение для укрепления мышц ног, увеличения подвижности суставов ног и улучшения ● Пятое упражнение – наклоны в стороны. Это упражнение усиливает боковые мышцы туловища и повышает тонус брюшной полости. ● Шестое упражнение – маховые движения ногами и руками. Это упражнение увеличивает подвижности суставов рук и ног. ● Седьмое упражнение – прыжки и бег (можно на месте). Это упражнение усиливает обмен веществ в организме, повышает деятельность органов дыхания и кровообращения. ● Восьмое упражнение – медленные шаги на месте и взмахи руками вверх и вниз. Это упражнение для успокоения дыхания.
2	9.00-9.30	Завтрак.			
3	9.30-10.00	День семьи	Конкурс сочинений «Семья - то, что с тобой навсегда»	Просмотри материал https://yandex.ru/video/search?text=Семья%20-%20то%20что%20с%20тобой%20навсегда%20сочинение%20для%20детей https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11523530694842500644&reqid=1590491650687184-1432222604592671361700110-sas1-8960&suggest_reqid=385565655158754198116927112724269&text=Семья+-+то%20с+что+с+тобой+навсегда+сочинение+для+детей	Собери всех членов семьи и проведи его с интересами вашей семьи. Сделай фото о значимом для всех вас.

4	10.00-10.30	Динамическая пауза	Игры на свежем воздухе.	Просмотри материал https://yandex.ru/video/search?text=%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%81%D0%B2%D0%B5%D0%B6%D0%B5%D0%BC%20%D0%B2%D0%BE%D0%B7%D0%B4%D1%83%D1%85%D0%B5%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9%2011-12%20%D0%BB%D0%B5%D1%82%20%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE&path=wizard	Устрой себе веселые старты с препятствиями.
5	10.30-11.00	День семьи	Конкурс рисунков «Моя семья- моё богатство»	Просмотри материал, как рисуют дети: https://yandex.ru/images/search?text=%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D0%BA%D1%83%D1%80%D1%81%20%D1%80%D0%B8%D1%81%D1%83%D0%BD%D0%BA%D0%BE%D0%B2%20%C2%AB%D0%9C%D0%BE%D1%8F%20%D1%81%D0%B5%D0%BC%D1%8C%D1%8F-%20%D0%BC%D0%BE%D1%91%20%D0%B1%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE%20%D1%80%D0%B8%D1%81%D1%83%D0%BD%D0%BA%D0%B8&stype=image&lr=137653&source=wiz	Нарисуй рисунок и пришли в группу.
6	11.30-12.00	Динамическая пауза	Игры на свежем воздухе.		Поиграй в игру во дворе своего дома.
7	12.00-12.30	Обед			

8	12.30- ...	Хотите окунуться в мир творческих идей? Тогда приглашаем вас в сообщество «Мастерская таланта». Здесь вы научитесь рисовать, лепить, работать с бумагой и фоамираном, создавать собственные произведения декоративно-прикладного искусства и находить для этого вдохновение. Каждый день для вас – уникальный мастер-класс. В нашем сообществе вы сможете открыть в себе новые таланты! Присоединяйтесь! https://vk.com/public195851126
---	---------------	--