

Расписание занятий

«Лыжные гонки»

Маньшин Александр Петрович, 2 раза в неделю 2 группы

Дата	Группа	Время	Тема занятия	Вид деятельности	Ресурс	Домашнее задание
26-29.10.2020	1	18.00-18.30 18.40-19.10	1. Основы техники конькового хода, имитационные упражнения работы рук. 2. Специальные упражнения на развитие силовой выносливости мышц рук.	Самостоятельная работа	С применением электронных носителей CD, USB-флеш-накопитель (у обучающихся есть ПК/планшет без выхода в Интернет)	Доклад, реферат Выполнение практических заданий