

**Расписание занятий для обучающихся в дистанционном режиме  
на 03.12.2020 г. (ЧЕТВЕРГ)**

**Педагог: Кремлева Светлана Адольфовна**

*Предметы: Движение и ритм, Постановочная работа, Час театра, Развитие актерских способностей*

<b>№ п/п</b>	<b>Номер группы</b>	<b>Время занятия/ предмет</b>	<b>Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов</b>	<b>Онлайн-подключение</b>	<b>Обратная связь</b>
<b><i>Театр-студия «Чудаки»</i></b>					
1.	№ 1	14.00-14.30 (Постановочная работа)	<b>Тема:</b> Импровизация. <b>Задание:</b> Придумать небольшое новогоднее поздравление от любого сказочного персонажа.	Групповой чат	WhatsApp
2.	№ 1	14.40-15.10 (Постановочная работа)	<b>Тема:</b> Импровизация. <b>Задание:</b> Придумать небольшое новогоднее поздравление от любого сказочного персонажа.	Групповой чат	WhatsApp
<b><i>Театр моды «Свет надежды»</i></b>					
3.	№ 4	15.40-16.10 (Движение и ритм)	<b>Тема:</b> Коллекция «Зимушки». <b>Задание:</b> Отработать технику шага, поворота. Реставрировать костюм.	Групповой чат	WhatsApp
4.	№ 1	16.20-16.50 (Движение и ритм)	<b>Тема:</b> Фотоэтюд «Зимние развлечения». <b>Задание:</b> Сделать интересные кадры на улице (на катке, в лесу, детской площадке, на горке...). Свои результаты зафиксировать на камеру телефона.	Групповой чат	WhatsApp
5.	№ 2	17.00-17.30 (Движение и ритм)	<b>Тема:</b> Фотоэтюд «Зимние развлечения». <b>Задание:</b> Сделать интересные кадры на улице (на катке, в лесу, детской площадке, на горке...). Свои результаты зафиксировать на камеру телефона.	Групповой чат	WhatsApp

6.	№ 1	17.40-18.10 (Развитие актерских способностей)	<b>Тема:</b> Играем дома. Скоро, скоро Новый год! <b>Задание:</b> Приобщить детей к народным традициям. Выучить небольшое стихотворение к Новому году.	Групповой чат	Социальная сеть WhatsApp
----	-----	--	---	---------------	-----------------------------

**Педагог: Шалягина Анастасия Олеговна**

**Предмет: Ритмика и танец**

<b>№ п/п</b>	<b>Номер группы</b>	<b>Время занятия</b>	<b>Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов</b>	<b>Онлайн-подключение</b>	<b>Обратная связь</b>
<b><i>Театр моды «Свет Надежды»</i></b>					
1.	№ 1	18:10-18:40	<b>Тема:</b> Игротанцы. <b>Задание:</b> Выполнить специальные комплексы упражнений.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=977BJrSLmqU">https://www.youtube.com/watch?v=977BJrSLmqU</a> чат в WhatsApp	WhatsApp
2.	№ 2	18:50-19:20	<b>Тема:</b> Игротанцы. <b>Задание:</b> Исполнить игровой танец.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=sWUHEcxq19E&amp;list=PL1c4WiQBUOtGS59-pCjpvMhvfqFVuccZp&amp;index=12">https://www.youtube.com/watch?v=sWUHEcxq19E&amp;list=PL1c4WiQBUOtGS59-pCjpvMhvfqFVuccZp&amp;index=12</a> чат в WhatsApp	WhatsApp
<b><i>Объединение современного танца «РИТМикс»</i></b>					
3.	№ 2	16:30-17:00	<b>Тема:</b> Ритмика и танец. <b>Задание:</b> Ознакомиться с теоретической частью и ответить на вопросы.	Сеть Вк	Вк
4.	№ 1	17:20-17:50	<b>Тема:</b> Ритмика и танец. <b>Задание:</b> Выполнить специальные упражнения.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=O1JtxcbrMrU">https://www.youtube.com/watch?v=O1JtxcbrMrU</a> чат в WhatsApp	WhatsApp

**Педагог: Устьянцева Светлана Юрьевна**

Предметы: Эстрадный вокал, Эстрадный вокальный ансамбль

№ п/п	Номер группы	Время занятия/ предмет	Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов	Онлайн-подключение	Обратная связь
<i>Эстрадная студия «Радуга»</i>					
1.	№ 3	14.20-14.50 (Вокал)	<b>Тема:</b> Способы звукоизвлечения. <b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом (видео). Выполнить дыхательные и вокальные упражнения по рекомендации. Записать видео выполненного упражнения.	<a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a> <a href="https://youtu.be/_Yh4FoSKmms">https://youtu.be/_Yh4FoSKmms</a> <a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a>	Занятия посредством мультиплатформенного приложения для общения через интернет <b>WhatsApp</b>
2.	№ 3	15.00-15.30 (Вокал)	<b>Тема</b> Способы звукоизвлечения. <b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом (видео). Выполнить дыхательные и вокальные упражнения по рекомендации. Записать видео выполненного упражнения.	<a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a> <a href="https://youtu.be/_Yh4FoSKmms">https://youtu.be/_Yh4FoSKmms</a> <a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a>	Занятия посредством мультиплатформенного приложения для общения через интернет <b>WhatsApp</b>
3.	№3	15.40-16.10 (Вокал)	<b>Тема</b> Способы звукоизвлечения. <b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом (видео). Выполнить дыхательные и вокальные упражнения по рекомендации. Записать видео выполненного упражнения.	<a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a> <a href="https://youtu.be/_Yh4FoSKmms">https://youtu.be/_Yh4FoSKmms</a> <a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a>	Занятия посредством мультиплатформенного приложения для общения через интернет <b>WhatsApp</b>
4.	№ 3	16.20-16.50 (Вокал)	<b>Тема</b> Способы звукоизвлечения. <b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом (видео). Выполнить дыхательные и вокальные упражнения по рекомендации. Записать видео выполненного упражнения.	<a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a> <a href="https://youtu.be/_Yh4FoSKmms">https://youtu.be/_Yh4FoSKmms</a> <a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a>	Занятия посредством мультиплатформенного приложения для общения через интернет <b>WhatsApp</b>

5.	№ 3	17.00-17.30 (Вокал)	<p><b>Тема</b> Способы звукоизвлечения.</p> <p><b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом (видео). Выполнить дыхательные и вокальные упражнения по рекомендации. Записать видео выполненного упражнения. Записать видео выполненного упражнения.</p>	<p><a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a></p> <p><a href="https://youtu.be/_Yh4FoSKmms">https://youtu.be/_Yh4FoSKmms</a></p> <p><a href="https://youtu.be/_Ft6rtmlIE">https://youtu.be/_Ft6rtmlIE</a></p>	<p>Занятия посредством мультиплатформенного приложения для общения через интернет</p> <p><b>WhatsApp</b></p>
6.	№ 4	17.00-17.30 (Эстрадный ансамбль)	<p><b>Тема:</b> Песня «Это дед мороз». Работа над двухголосием.</p> <p><b>Задание:</b> Разучивание второго голоса в запеве и припеве. Слушать и контролировать себя. Записать видео выполненного песенного материала.</p>	<p><a href="https://youtu.be/IAK1xLao5Gs">https://youtu.be/IAK1xLao5Gs</a></p>	<p>Индивидуальные занятия посредством мультиплатформенного приложения для общения через интернет</p> <p><b>WhatsApp</b></p>

**Педагог: Рожкова Елена Григорьевна**

**Предмет: Искусство грима. Парикмахерское искусство**

<b>№ п/п</b>	<b>Номер группы</b>	<b>Время занятия</b>	<b>Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов</b>	<b>Онлайн-подключение</b>	<b>Обратная связь</b>
<b><i>Объединение «Искусство грима»</i></b>					
1.	№ 2	10.20-10.50	<b>Тема:</b> Маска для новогоднего карнавала. <b>Задание:</b> Сделать маску из бумаги с дополнительными элементами, раскрасить.	<a href="https://youtu.be/LTqiP9N5">https://youtu.be/LTqiP9N5</a>	WhatsApp
2.	№ 3	13.00-13.30	<b>Тема:</b> Маска для новогоднего карнавала. <b>Задание:</b> Сделать маску из бумаги с дополнительными элементами, раскрасить.	<a href="https://youtu.be/LTqiP9N5">https://youtu.be/LTqiP9N5</a>	
<b><i>Объединение «Парикмахерское искусство»</i></b>					
3.	№ 1	14.40-15.10	<b>Тема:</b> Прически с элементами плетения и украшения. <b>Задание:</b> Сделать прическу и украшение для волос из ватных дисков.	<a href="https://yandex.ru/efir?stream_id=vPBGpzgwe2O4&amp;from_block=player_share_button_yavideo">https://yandex.ru/efir?stream_id=vPBGpzgwe2O4&amp;from_block=player_share_button_yavideo</a>	WhatsApp

Педагог: Дегтярева Алеся Рифовна

Предмет: Классический танец

№ п/п	Номер группы	Время занятия	Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов	Онлайн-подключение	Обратная связь
<b>Объединение «Хореографическая студия Экартэ»</b>					
1.	№ 3	14.30-15.00	<b>Тема:</b> Новогодний флешмоб. <b>Задание:</b> Разучить танцевальную комбинацию к новомуднему флешмобу.	<a href="https://drive.google.com/folder/view?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt">https://drive.google.com/folder/view?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt</a> ссылка на видео	WhatsApp
2.	Мужская № 2	15.30-16.00	<b>Тема:</b> Новогодний флешмоб. <b>Задание:</b> Разучить танцевальную комбинацию к новомуднему флешмобу.	<a href="https://drive.google.com/folder/view?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt">https://drive.google.com/folder/view?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt</a> ссылка на видео	WhatsApp
3.	№ 9	18.00-18.40	<b>Тема:</b> Экзерсис у станка. <b>Задание:</b> Совершенствовать выполнение комбинации Battement frappé, adagio, Grand battement jetè.	Очная форма обучения на базе ДДТ	
4.	№ 10	19.00-19.30	<b>Тема:</b> Новогодний флешмоб. <b>Задание:</b> Разучить танцевальную комбинацию к новомуднему флешмобу.	<a href="https://drive.google.com/folder/view?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt">https://drive.google.com/folder/view?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt</a> ссылка на видео	WhatsApp

**Педагог: Науменко Елена Сергеевна**

Предметы: Мастерская юного модельера, Основы эстетического развития

<b>№ п/п</b>	<b>Номер группы</b>	<b>Время занятия/ предмет</b>	<b>Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов</b>	<b>Онлайн-подключение</b>	<b>Обратная связь</b>
<i><b>Театр моды «Свет Надежды»</b></i>					
1.	№ 4	14.50-15.20 15.30-16.00 (МЮМ)	<b>Тема:</b> Модные штучки-2. <b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом. Выполнить задание. Отправить фотоотчет.	WhatsApp	WhatsApp
<i><b>Хореографическая студия «Экертэ»</b></i>					
2.	№ 0	17.30-18.00 (ОЭР)	<b>Тема:</b> Снеговик. <b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом. Выполнить задание. Отправить фотоотчет.	WhatsApp	WhatsApp
3.	№ 2	18.10-18.40 (ОЭР)	<b>Тема:</b> Снеговик. <b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом. Выполнить задание. Отправить фотоотчет.	WhatsApp	WhatsApp
4.	№ 1	18.50-19.20 (ОЭР)	<b>Тема:</b> Снеговик. <b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом. Выполнить задание. Отправить фотоотчет.	WhatsApp	WhatsApp



*Педагог: Озорнина Елена Анатольевна*

*Предметы: Шахматы, Основы шахмат*

<b>№ п/п</b>	<b>Номер группы</b>	<b>Время занятия</b>	<b>Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов</b>	<b>Онлайн-подключение</b>	<b>Обратная связь</b>
<b><i>Объединение шахматно-шашечное объединение «Филидор»</i></b>					
1	№ 9	14.00-14.30 14.40-15.10 (Шахматы)	<b>Тема:</b> Разбор отложенной партии. <b>Задание:</b> Определить стадию игры, материальный перевес, убойность, найти тактическое решение окончания партии.	видеочат в WhatsApp	WhatsApp
2	№ 10	15.30-16.00 16.10-16.40 (Шахматы)	<b>Тема:</b> Ладья. <b>Задание:</b> Произвести ход и взятие ладьей в соответствии с требованиями шахматного кодекса.	видеочат в WhatsApp	WhatsApp
3	№ 11	17.10-17.40 17.50-18:20 (Основы шахмат)	<b>Тема:</b> В шахматы с мультяшками. <b>Задание:</b> Просмотр мультфильма на шахматную тематику, работа с кейсом вопросов.	чат в WhatsApp	WhatsApp

**Педагог: Чепелева Наталья Георгиевна**

**Предметы: «Изобразительное искусство», «Юный художник»**

<b>№ п/п</b>	<b>Номер группы</b>	<b>Время занятия/ предмет</b>	<b>Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов</b>	<b>Онлайн-подключение</b>	<b>Обратная связь</b>
<b><i>Студия изобразительного искусства</i></b>					
1.	№ 5	14.30-15.10 15.20-16.00 (Изобразительное искусство)	<b>Тема:</b> Обобщающее занятие по теме. Беседа о художнике-пейзажисте.	В очной форме (подгруппа из 6 человек)	
2.	№ 3	16.10-16.40 (Изобразительное искусство)	<b>Тема:</b> Женский образ в портрете. Костюм и орнаменты. Эскиз. <b>Задание:</b> Ознакомиться с информационным материалом (ссылка на видео в чате WhatsApp).	Чат группы <a href="https://chat.whatsapp.com/EDbJpmu2Flp1XoQh5n3zaK">https://chat.whatsapp.com/EDbJpmu2Flp1XoQh5n3zaK</a>	чат группы № 3 или личные сообщения в WhatsApp
3.	№ 3	16.50-17.20 (Изобразительное искусство)	<b>Тема:</b> Женский образ в портрете. Костюм и орнаменты. Эскиз. <b>Задание:</b> Завершить работу над портретом (в карандаше), дополнив образ элементами русского костюма, отправить фото рисунка в личные сообщения педагогу в чате WhatsApp).	Чат группы <a href="https://chat.whatsapp.com/EDbJpmu2Flp1XoQh5n3zaK">https://chat.whatsapp.com/EDbJpmu2Flp1XoQh5n3zaK</a>	чат группы № 3 или личные сообщения в WhatsApp
4.	№ 7	18.30-19.00 (Юный художник)	<b>Тема:</b> Народная игрушка. Кукла из соломки (рисунок цветными карандашами). <b>Задание:</b> Выполнить самостоятельную работу цветными карандашами, пользуясь инструкциям в чате WhatsApp.	Родительский чат группы: <a href="https://chat.whatsapp.com/E5wqfvk7g7b7gSROHGxmiy">https://chat.whatsapp.com/E5wqfvk7g7b7gSROHGxmiy</a>	чат группы № 1 или личные сообщения в WhatsApp

Педагог: Гежа Иван Дмитриевич

Предметы: Стретчинг, Современный танец

№ п/п	Номер группы	Время занятия/ предмет	Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов	Онлайн-подключение	Обратная связь
<i>Хореографическая студия «Экортэ»</i>					
1.	Муж. группа № 1	14.30-15.00 (Современный танец)	<b>Тема:</b> Постановочные работы. <b>Задание:</b> Разучивание движений танцевальной комбинации.	<a href="https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt">https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt</a>	<b>WhatsApp</b>
2.	№ 3	15.10-15.40 (Стретчинг)	<b>Тема:</b> Постановочные работы. <b>Задание:</b> Разучивание движений танцевальной комбинации.	<a href="https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt">https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrCt</a>	<b>WhatsApp</b>
3.	№ 8	15.50-16.20 (Стретчинг)	<b>Тема:</b> Постановочные работы. <b>Задание:</b> Разучивание движений танцевальной комбинации.	Очное занятие на базе ДДТ	<b>WhatsApp</b>
4.	№ 8	16.30-17.00 (Современный танец)	<b>Тема:</b> Постановочные работы. <b>Задание:</b> Разучивание движений танцевальной комбинации.	Очное занятие на базе ДДТ	<b>WhatsApp</b>
5.	№ 7	17.10-17.40 (Стретчинг)	<b>Тема:</b> Постановочные работы. <b>Задание:</b> Разучивание движений танцевальной комбинации.	Очное занятие на базе ДДТ	<b>WhatsApp</b>

Педагог: Дегтярева Елена Игоревна

Предмет: Народный танец

№ п/п	Номер группы	Время занятия	Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов	Онлайн-подключение	Обратная связь
<b>Объединение «Хореографическая студия «Экортэ»</b>					
1.	Мужская № 1	14.30-15.00	<b>Тема:</b> Постановочная работа. <b>Задание:</b> Разучить комбинацию танцевальных движений.	<a href="https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC">https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC</a> Ссылка на видео	WhatsApp
2.	Мужская № 2	15.10-15.40	<b>Тема:</b> Постановочная работа. <b>Задание:</b> Разучить комбинацию танцевальных движений.	<a href="https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC">https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC</a> Ссылка на видео	WhatsApp
3.	№ 7	15.50-16.20 16.30-17.00	<b>Тема:</b> Комплекс упражнений, выполняемых у станка. <b>Задание:</b> Повторить и проработать весь комплекс упражнений, исключить ошибки.	Очное занятие на базе ДДТ	
4.	№ 1	17.40-18.10	<b>Тема:</b> Постановочная работа. <b>Задание:</b> Разучить комбинацию танцевальных движений.	<a href="https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC">https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC</a> Ссылка на видео	WhatsApp
5.	№ 0	18.20-18.50	<b>Тема:</b> Постановочная работа. <b>Задание:</b> Разучить комбинацию танцевальных движений.	<a href="https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC">https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC</a> Ссылка на видео	WhatsApp
6.	№2	19.00-19.30	<b>Тема:</b> Постановочная работа. <b>Задание:</b> Разучить комбинацию танцевальных движений.	<a href="https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC">https://drive.google.com/folderview?id=19Pjx8Uw6kS0E1Q-sDB8doiywQPbpfrC</a> Ссылка на видео	WhatsApp

**Педагог: Устьянцева Екатерина Владимировна**

**Предметы: Компьютерная анимация и графика, Юный блогер**

<b>№ п/п</b>	<b>Номер группы</b>	<b>Время занятия</b>	<b>Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов</b>	<b>Онлайн-подключение</b>	<b>Обратная связь</b>
<b><i>Объединение «Компьютерная анимация и графика»</i></b>					
1.	№ 6	15.00-15.40 16.00-16.40	<b>Тема:</b> Анимация в программе Power Point. Работа с 3Д фигурами. <b>Задание:</b> Создание открытки с эффектами анимации в программе Power Point.	Занятия в очной форме на базе ДДТ (по подгруппам)	
<b><i>Объединение «Школа юного блогера»</i></b>					
2.	№ 2	17.30-18.00	<b>Тема:</b> Инструменты, используемые при рерайтинге. Способы и приемы рерайта: пересказ смысла предложения, «образная картинка», подбор синонимов. <b>Задание:</b> Обсуждение и игра «Пересказ – перифраз».	видеосвязь в WhatsApp	WhatsApp

**Педагог: Данилова Елена Владимировна**

*Предметы: Легоконструирование, Час творчества*

<b>№ п/п</b>	<b>Номер группы</b>	<b>Время занятия</b>	<b>Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов</b>	<b>Онлайн-подключение</b>	<b>Обратная связь</b>
<b><i>Театр моды «Свет Надежды»</i></b>					
1.	№ 1	17.30-18.00 (Час творчества)	<b>Тема:</b> Снеговик из бумажных трубочек. <b>Задание:</b> Просмотреть видео мастер-класс и выполнить практическое задание.	<a href="https://youtu.be/KjtrqEq2jWU">https://youtu.be/KjtrqEq2jWU</a> чат в WhatsApp	WhatsApp
<b><i>Объединение «Легоконструирование»</i></b>					
2.	№ 2	18.10-18.40	<b>Тема:</b> Снежная викторина. <b>Задание:</b> Пройти онлайн-викторину.	<a href="https://vk.com/public199105143">https://vk.com/public199105143</a> чат в WhatsApp	WhatsApp

**Педагог: Овчинникова Елена Владимовна**

Предметы: Ритмика и танец, Стретчинг

№ п/п	Номер группы	Время занятия/ предмет	Самостоятельная работа с выполнением предложенных кейсов	Онлайн-подключение	Обратная связь
<i>Эстрадная студия «Радуга»</i>					
1.	№ 4	15.30-16.00 16.10-16.40 (Ритмика и танец)	<b>Тема:</b> Танцевальные связки (Новогодняя песня). <b>Задание:</b> Выучить новые движения (записать видео и отправить).	Вконтакте WhatsApp	Социальная сеть Вконтакте WhatsApp
<i>Хореографическая студия «Экартэ»</i>					
2.	№ 10	16.50-17.20 (Стретчинг)	<b>Тема:</b> Силовые упражнения для ног и мышц живота. <b>Задание:</b> Повторение комплекса упражнений видео-занятия (записать видео и отправить).	Вконтакте WhatsApp Видео урок в YouTube (комплекс упражнения на растяжку)	Социальная сеть Вконтакте WhatsApp
3.	№ 2	17.30-18.00 (Стретчинг)	<b>Тема:</b> Растяжка и гибкость, силовые упражнения. <b>Задание:</b> Повторить видеоматериал (записать видео и отправить).	Вконтакте WhatsApp Видео урок в YouTube (упражнения на растяжку для детей)	Социальная сеть Вконтакте WhatsApp
4.	№ 1	18.10-18.40 (Стретчинг)	<b>Тема:</b> Растяжка и гибкость, силовые упражнения. <b>Задание:</b> Повторить видеоматериал (записать видео).	Вконтакте WhatsApp Видео урок в YouTube (упражнения на растяжку для детей)	Социальная сеть Вконтакте WhatsApp
5.	№ 0	18.50-19.20 (Стретчинг)	<b>Тема:</b> Растяжка и гибкость, силовые упражнения. <b>Задание:</b> Повторить видео материал (записать видео).	Вконтакте WhatsApp Видео урок в YouTube (упражнения на растяжку для детей)	Социальная сеть Вконтакте WhatsApp