

**Расписание занятий в рамках муниципального курса
регионального проекта «Каникулы-онлайн» в МБУ ДО «ДЮСШ №1»**

с 25 октября по 4 ноября 2024 г.

Время проведения	Название мероприятия	Описание
25 октября 2024 года		
14.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Упражнения для развития координации с детьми дошкольного возраста Возрастная категория: 7-10 лет Проводит: Сергеева К.Е., тренер-преподаватель по легкой атлетике Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда и обувь Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1718
26 октября 2024 года		
9.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» ОФП с мячом в худ. гимнастике Возрастная категория: 7-15 лет Проводит: Прилипухова Ж.С., тренер-преподаватель по худ. гимнастике Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда, гимнастический коврик Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1723
27 октября 2024 года		
10.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Упражнения для развития скоростных качеств юных спортсменов Возрастная категория: 10-15 лет Проводит: Кирьянов Н.Н., тренер-преподаватель по легкой атлетике Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда и обувь Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1716
28 октября 2024 года		
9.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Комплекс упражнений для развития координации для детей среднего школьного возраста Возрастная категория: 10-15 лет Проводит: Кузнецова Ю.В., тренер-преподаватель по баскетболу Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда и обувь Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1726
29 октября 2024 года		
9.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Разминочные упражнения юных борцов Возрастная категория: 7-18 лет Проводит: Колганов О.В., тренер-преподаватель по греко-римской борьбе Необходимый инвентарь: удобная спортивная обувь и одежда. Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1717
30 октября 2024 года		
9.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Комплекс по ОФП юных борцов Возрастная категория: 6-17 лет Проводит: Доронина Н.А., тренер-преподаватель по самбо Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда и обувь Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1727

31 октября 2024 года		
9.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Упражнения для развития координации детей дошкольного возраста Возрастная категория: 5-7 лет Проводит: Петрук Е.А., тренер-преподаватель по баскетболу Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда и обувь Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1719
1 ноября 2024 года		
9.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Комплекс ОФП юных спортсменов Возрастная категория: 9-17 лет Проводит: Карамов П.С., тренер-преподаватель по легкой атлетике Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда и обувь Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1722
2 ноября 2024 года		
9.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Комплекс разминочных упражнений на растяжку для детей младшего школьного возраста Возрастная категория: 6-9 лет Проводит: Муругова Н.С., тренер-преподаватель по легкой атлетике Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда и обувь, гимнастический коврик Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1724
3 ноября 2024 года		
9.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» ОФП для баскетболистов Возрастная категория: 7-18 лет Проводит: Петрук А.А., тренер-преподаватель по баскетболу Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда и обувь Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1721
4 ноября 2024 года		
9.00	Зарядка Чемпиона	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Упражнения для развития координации детей Возрастная категория: 7-15 лет Проводит: Еремина И.В., тренер-преподаватель по легкой атлетике Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда и обувь Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1720
12.00	Упражнения для юных гимнасток	МБУ ДО «ДЮСШ №1» Комплекс упражнений с булавами для юных гимнасток Возрастная категория: 7-15 лет Проводит: Юрьева Н.Е., тренер-преподаватель по худ. гимнастике Необходимый инвентарь: удобная спортивная одежда, гимнастический коврик Ссылка для участия: https://vk.com/wall-184385078_1725

Заместитель директора по УВР Ананьева А.В.

22.10.2024г.