

ПЕРИОД 06.05.2020 - 30.05.2020

Для обучающихся по программе: **Дополнительная общеобразовательная программа спортивной направленности для оздоровительных групп дошкольного возраста**

| Дни недели | Дата | Название (тип) | Описание | Вид тренировки |
|----------------------|--------------------------------------|----------------|---|----------------|
| Понедельник, Вторник | Выходной 04.05.2020 05.05.2020 | ----- | ----- | ----- |
| Среда | 06.05.2020 | | Зарядка https://youtu.be/rSK2tlnNKgc?t=16 Танец с обручем https://youtu.be/SQtImK2HDQg?t=22 | |
| Четверг | 07.05.2020 | | Зарядка https://youtu.be/eLN24T1t35Q?t=11 Разгадай загадки https://youtu.be/gB85GeQ6OUM?t=11 | |
| Пятница | 08.05.2020 | | ----- ВЫХОДНОЙ | |
| Суббота | 09.05.2020 | | -----ВЫХОДНОЙ | |
| Понедельник | 11.05.2020 | | -----ВЫХОДНОЙ | |
| Вторник | 12.05.2020 | | Повтори упражнения https://youtu.be/yuMPWfIUCpE?t=7 | |
| Среда | 13.05.2020 | | Зарядка https://youtu.be/nNq6pXV6Ko0?t=3 | |

| | | | | |
|--------------------|-------------------|--|---|--|
| Четверг | 14.05.2020 | | Разминка с кубиками https://youtu.be/dr-S51ghuho | |
| Пятница | 15.05.2020 | | Веселая разминка https://youtu.be/dr-S51ghuho | |
| Суббота | 16.05.2020 | | Зарядка как в садике https://youtu.be/cLzjGSzP1SU?t=106 | |
| Понедельник | 18.05.2020 | | ----ВЫХОДНОЙ | |
| Вторник | 19.05.2020 | | Утренняя зарядка на внимание https://youtu.be/4Oxoa4mKIUA?t=10 | |
| Среда | 20.05.2020 | | Зарядка игра https://youtu.be/DeksLNNUHLw?t=8 | |
| Четверг | 21.05.2020 | | Игра на внимание, играем всей семьей https://youtu.be/dAXL42X3PdI?t=6 | |
| Пятница | 22.05.2020 | | Веселый танец разминка https://youtu.be/dAXL42X3PdI?t=6 | |
| Суббота | 23.05.2020 | | Танцевальная разминка https://youtu.be/3Jqq-jj0qiI?t=16 | |
| Понедельник | 25.05.2020 | | ----ВЫХОДНОЙ | |
| Вторник | 26.05.2020 | | Утренняя зарядка всей семьей https://youtu.be/A_ffOfnLqk?t=5 | |
| Среда | 27.05.2020 | | Стретчинг для детей https://youtu.be/6Jx24P198Tw?t=11 | |
| Четверг | 28.05.2020 | | ЙОГА ЧЕЛЛЕНДЖ https://youtu.be/tDcmLfYwNOQ?t=40 | |

| | | | | |
|---------|------------|--|---|--|
| Пятница | 29.05.2020 | | Зарядка https://youtu.be/pfxokcEd_o8?t=10 | |
| Суббота | 30.05.2020 | | Танцевальная зарядка (повтори) https://youtu.be/pfxokcEd_o8?t=10 | |