

План дистанционной работы
филиала ГБУ НАО «СШОР «Труд» в с. Коткино на период карантина

№ блока	Наименование Блока	Содержание	Дата
1	Информационный	- информация о коронавирусе; - о средствах личной гигиены; - распространение коронавируса; - и т.д.	апрель, май
2	Оздоровительный	1) гигиеническая гимнастика; 2) дыхательные гимнастики (Бутейко К.П., Шишони́на А.Ю., Стрельниковой А.Н.); 3) оздоровительная тренировка по системе ИЗОТОН, Мякинченко Е.Б., Селуянова В.Н.; 4) закаливающие процедуры: водные, солнечные и воздушные; 5) упражнения по методу д.м.н. Бубновского С.М.	апрель, май
3	Игровой	Онлайн игры: - шашечный турнир; Шахматный турнир; - покерный турнир; - игры.	апрель, май
4	Развлекательный	- интересные истории; - музыкальные клипы; - юморески; - и т.д.	апрель, май

Примечание: регистрация группы в ВК.

**План дистанционных мероприятий
филиала ГБУ НАО «СШОР «Труд» в с. Коткино на период карантина**

Дата	Мероприятие	Ответственный
13.04.2020	- информация о коронавирусе; - о средствах личной гигиены;	Романов А.С.
	- гигиеническая гимнастика; упражнения в домашних условиях по методу д.м.н. Бубновского С.М.	Талеев Н.Д.
	- шахматно-шашечный кружок; - волейбольный кружок (занятие волейболом в домашних условиях)	Мозговой И.В.
14.04.2020	Развлекательный блок №4	Романов А.С.
	- гигиеническая гимнастика; упражнения в домашних условиях по методу д.м.н. Бубновского С.М.	Талеев Н.Д.
	- шахматно-шашечный кружок; - футбольный кружок (занятие футболом в домашних условиях)	Мозговой И.В.
15.04.2020	- информационный блок №1; - закаливающие процедуры: водные, солнечные и воздушные;	Романов А.С.
	- гигиеническая гимнастика; упражнения в домашних условиях по методу д.м.н. Бубновского С.М.	Талеев Н.Д.
	- шахматно-шашечный кружок; - волейбольный кружок (занятие волейболом в домашних условиях)	Мозговой И.В.
16.04.2020	- развлекательный блок №4; - закаливающие процедуры: водные, солнечные и воздушные;	Романов А.С.
	- гигиеническая гимнастика; упражнения в домашних условиях по методу д.м.н. Бубновского С.М.; - футбольный кружок (занятие футболом в домашних условиях)	Талеев Н.Д.
	- шахматно-шашечный кружок; - волейбольный кружок (занятие волейболом	Мозговой И.В.

	в домашних условиях); - развлекательный блок №4.	
17.04.2020	- информационный блок №1; - закаливающие процедуры: водные, солнечные и воздушные;	Романов А.С.
	- гигиеническая гимнастика; - упражнения в домашних условиях по методу д.м.н. Бубновского С.М.	Талеев Н.Д.
	- шахматно-шашечный кружок; - футбольный кружок (занятие футболом в домашних условиях)	Мозговой И.В.
18.04.2020	- развлекательный блок №4; - закаливающие процедуры: водные, солнечные и воздушные;	Романов А.С.
	- гигиеническая гимнастика; - упражнения в домашних условиях по методу д.м.н. Бубновского С.М.	Талеев Н.Д.
	- волейбольный кружок (занятие волейболом в домашних условиях); - развлекательный блок №4.	Мозговой И.В.
19.04.2020	- информационный блок №1; - закаливающие процедуры: водные, солнечные и воздушные;	Романов А.С.
	- гигиеническая гимнастика; - упражнения в домашних условиях по методу д.м.н. Бубновского С.М.	Талеев Н.Д.
	- футбольный кружок (занятие футболом в домашних условиях); - развлекательный блок №4.	Мозговой И.В.