**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ**

для самостоятельной подготовки в форме дистанционного обучения

для обучающихся БУ 3 г.о. МБУДО ДЮСШ

по виду спорта ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ (тренер-преподаватель Теймуров О.Т.)

на период с 30 октября по 7 ноября 2021 года

**РАСПИСАНИЕ**: Вторник 13.50 - 15.00, Среда 13.50 - 15.00, Четверг 13.50 - 15.00.

Обратная связь с родителями и детьми осуществляется через группы ВК в соц.сети Интернет

**Инструкция по использованию ссылок:**

1. навести курсор мыши на ссылку
2. правой клавишей щелкнуть по ссылке

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид спорта  Класс | 02.11.2021г. | 03.11.2021г. | 04.11.2021г. |
| Лыжные гонки  БУ 3 г.о. | ЗАРЯДКА (ОФП) <https://www.youtube.com/watch?v=ithjDDD7wKQ> | Фильм «Елена Вяльбе»  <https://www.youtube.com/watch?v=2KeVz8wZhH8> | ЗАРЯДКА (ОФП) <https://www.youtube.com/watch?v=vb3FJYHgUZA> |

1. выйдет окошко в нем най ти открыть гиперссылку и нужное видео откроется