|  |
| --- |
| **«Юные грации»**  |
|  | **Время** | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** |
|  | **08.45-09.00****09:00-09.30****11.00-11.30****12.30-12.45 (Самостоятельная работа)** | **Приветствие в чате*****Зарядка*** *Знакомство!* *Семинар «Основы художественной гимнастики»**Тест* | **Приветствие в чате*****Зарядка*** *Семинар: «5 лучших гимнасток»*Подготовка проекта *«The best» (выдающаяся гимнастка )*Ведение дневника самоконтроля | **Приветствие в чате*****Зарядка*** *Мастер-класс**Подготовка видеоролика на «Лучший захват в кольцо» (30 сек)*Ведение дневника самоконтроля | **Приветствие в чате*****Зарядка*** *Представление проектов «The best» (выдающаяся гимнастка)*Викторина: Проверьте свои знания в художественной гимнастикеВедение дневника самоконтроля | **Приветствие в чате*****Зарядка*** *Гость-онлайн* Проверь себя: что входит в спортивную гимнастику, а что в художественную гимнастику.Ведение дневника самоконтроля |
| **15:00 – 15.30****16.00-17.00** **(Самостоятельная работа)**  | *Он-лайн* *тренировка в zoom**Челендж «Боковое равновесие с закрытыми глазами»**Подготовка к конкурсу ЗОЖ (Лучшее ПП-блюдо )* | *Он-лайн* *тренировка в zoom**Челендж «Боковое равновесие с закрытыми глазами»**Представление работ по конкурсу ЗОЖ (Лучшее ПП-блюдо)*  | *Он-лайн* *тренировка в zoom**Челендж «Боковое равновесие с закрытыми глазами»**Подготовка к видеоконкурсу «Как проходит самоизоляция у гимнастки»* | *Он-лайн* *тренировка в zoom**Челендж «Боковое равновесие с закрытыми глазами»**Представление работ на Конкурс «Лучший захват в кольцо»,**видеоконкурса «Как проходит самоизоляция у гимнастки»* | *Он-лайн* *тренировка в zoom**Конкурс Боковое равновесие с закрытыми глазами!!!**Подведение итогов конкурсов!* |
| **19.00-20.30****20.30**  | *Просмотр фильма «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее» - живое обсуждение* | *Чемпионат Мира и Европы по художественной гимнастике 2018-2019 г.* | Он-лайн экскурсия в музей Эрмитаж | *Фестиваль худ. гимнастики «Алина»* | *Награждение победителей!!!* |