|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **«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 гимнастике  Ведение 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!!!* |