

Маршрутный лист занятий

«Физическая культура на традициях Кубанского казачества» в рамках внеурочной деятельности

с 13.04.2020 по 17.04.2020

педагог: Зубов Д. Ю.

Тема занятий	Дата проведения	Краткое содержание занятия	Интернет ссылки	Обратная связь
Казачья игра «куколка»	13.04 – 7-2 16.04 – 7-1	Куколкой называется определённого размера брёвнышко. занятия с куколкой направлены на развитие силы, жесткость неполного борцовского хвата и толчка, координации движений. Выполнение упражнения-вертеть и подбрасывать полено в руках без остановки в течение определенного времени.	Текст http://www.scarb.ru/literatura/metodicheskaja/kukolka Выполнение https://youtu.be/QBffz3JwiYE Выполнение https://youtu.be/4f2OY6z_4jA	