

Календарно- учебный график
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Фитнес»
на 2024 – 2025 учебный год
Первый год обучения

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
1	Сентябрь	2.09	группа №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Занятие1 Вводное занятие Введение в образовательную программу. Знакомство с работой творческого объединения «Эллан».Цели, задачи, перспективы развития творческого объединения на гредущий учебный год. Инструктаж по технике безопасности на занятиях Тема: «Хорошая осанка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Фото отчет Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U85H	Визуальный контроль
2	Сентябрь	4.09	Гр№1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Хорошая осанка» Учимся слушать счет»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль Консультация для родителей
3	Сентябрь	6.09	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Учимся слушать счет» Музыка – важная составляющая занятий аэробикой»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U8585b	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
4	Сентябрь	9.09	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Правила соревнований по фитнесу»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8q	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
5	Сентябрь	11.09	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема«« Круговая тренировка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материфk https://drive.google.com/KBK90	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
6	Сентябрь	13.09	Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: Базовые шаги, направлений фитнеса»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми
7	Сентябрь	16.09	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Калланетика» Составление индивидуальных комплексов и комбинаций из изученных упражнений.	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
8	Сентябрь	18.09	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: Не легок путь к успеху «Степ аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vb	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
9	Сентябрь	20.09	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Степ аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IV74fU85H	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
10	Сентябрь	23.09	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема:»Хореографическая подготовка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U85H	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
11	Сентябрь	25.09	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Физическая нагрузка или как восстановить силы»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXhio57	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
12	Сентябрь	27.09	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Чирлидинг» . Разновидности аэробики. Хип-хоп аэробика. Popping	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR865	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
13	Сентябрь	30.09	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Фитнес с использованием инвентаря»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IV7885dv85H	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
14	Октябрь	2.10	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: Танцевальные шаги.	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал Youtube	Видео материал https://drive.google.com/IVX668	Визуальный контроль
15	Октябрь	4.10	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: Групповые репетиции «Флеш моб для молодежи»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^vti63	Визуальный контроль
16	Октябрь	7.10	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: » Интервальная тренировка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал Youtube	Видео материал https://drive.google.com/IVXRb8774	Визуальный контроль
17	Октябрь	9.10	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема:» Основная постановка (комплекс) по чирлидингу»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXRvfty866	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
18	Октябрь	11.10	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Акробатика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал Youtube	Видео материал https://drive.google.com/IVXc67uf67U85H	Визуальный контроль
19	Октябрь	14.10	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Стретчинг «	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/mv67	Визуальный контроль
20	Октябрь	16.10	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Чирлидинг »	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U85b	Визуальный контроль
21	Октябрь	18.10	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Дыхательная гимнастика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал Youtube	Видео материал https://drive.google.com/xe3oi65	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
22	Октябрь	21.10	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Классификация видов аэробики»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/g56hn	Визуальный контроль
23	Октябрь	23.10	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Современные тенденции в фитнесе»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал Youtube	Видео материал https://drive.google.com/KII578	Визуальный контроль
24	Октябрь	25.10	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: Кардиотренировка на основании танцевальных элементов	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^c7cшк67	Визуальный контроль
25	Октябрь	28.10	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Хореографические постановки»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал Youtube	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U85H	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
26	Октябрь	30.10	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Мои жизненные ценности»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBK9766k	Визуальный контроль
27	Ноябрь	1.11	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Организация фитнес плана»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8q	Визуальный контроль
28	Ноябрь	6.11	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема:»ОФП»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIbiy87	Визуальный контроль
29	Ноябрь	8.11	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Калистеника «	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал Youtube	Видео материал https://drive.google.com/m885m	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
30	Ноябрь	11.11	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Подготовка к чемпионату» Выполнение элементов Чира :точ-тач, Хедлер, Херки.	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KB65yunh	Визуальный контроль
31	Ноябрь	13.11	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Хореография»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIvbb888	Визуальный контроль
32	Ноябрь	15.11	Гр№1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Музыкальные игры» «Учимся слышать ритм ».	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U85H	Визуальный контроль
33	Ноябрь	18.11	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Ценность спортивного образования»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIIK	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
34	Ноябрь	20.11	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: « Общая физическая, техническая подготовка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль
35	Ноябрь	22.11	Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Силовая тренировка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.nlgle.com/VIL8q	Визуальный контроль
36	Ноябрь	25.11	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Зачетное занятие» Выполнение нормативов, тестирование, анкетирование: оценка развития физических качеств. Оценка усвоения элементов по чирлдингу, акробатики, гимнастики	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIIK	Визуальный контроль
37	Ноябрь	27.11	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлдингу и чир спорту»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUubn85iv	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
38	Ноябрь	29.11	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Соревнования по Чирлидингу и Чир спорта	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBK90yg7	Визуальный контроль
39	Декабрь	2.12	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Мир движений»«Мир движений, мир в движении».	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VILb776	Визуальный контроль
40	Декабрь	4.12	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Ступени к цели!»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUIGTYT85iv	Визуальный контроль
41	Декабрь	6.12	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Здоровье– пустьк успеху»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KGi77	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
42	Декабрь	9.12	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Танцевальные шаги»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KI00bk	Визуальный контроль
43	Декабрь	11.12	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Базовые шаги в степ аэробике»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KI1K/	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
44	Декабрь	13.12	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Чирлидинг-это здорово»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUIGTYT965vb	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
45	Декабрь	16.12	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: Подготовка к акции «Флэшмоб на чемпионат»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBK90ybk	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
46	Декабрь	18.12	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Чирлидинг и направления по чирлидингу и чир спорту»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8997	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
48	Декабрь	20.12	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Подготовка к чемпионату «Флэшмоб »	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видеоматериал https://drive.google.com/KIIK	Визуальный контроль
49	Декабрь	23.12	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: « Комплексы и комбинации из базовых шагов »	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n_99	Визуальный контроль
50	Декабрь	25.12	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Гимнастика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
51	Декабрь	27.12	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема:» Танцевальный калейдоскоп»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG9976y5	Визуальный контроль
52	Декабрь	30.12	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Кардио- аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIb8653	Визуальный контроль
53	Январь	10.01	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Детский чирлидинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUIGhbb8b	Визуальный контроль
54	Январь	13.01	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: »Интервальная тренировка »	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUK	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
55	Январь	15.01	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: »Базовые шаги в танцевальной аэробике»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG	Визуальный контроль
56	Январь	17.01	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное	1	Тема: «Детский чирлидинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KGn9	Визуальный контроль
57	Январь	20.01	№1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Видео, фото	1	Тема: «В мире красоты и грации»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KBK90yvv77r	Визуальный контроль
58	Январь	22.01	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Наши возможности» «Резервы человеческого организма и психики».	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KBI96B	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
59	Январь	24.01	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Мой мир» « Я и мир вокруг нас»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KB79dr	Визуальный контроль
60	Январь	27.01	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Самонаблюдение ,как средство самосовершенствования»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8q	Визуальный контроль
61	Январь	29.01	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «На пути к успеху»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль
62	Январь	31.01	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Занятие-чемпионат: Участие в первенстве и Чемпионате	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBK90yv7	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
63	Февраль	3.02	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Мои достижения»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/K09	Визуальный контроль
64	Февраль	5.02	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное	1	Тема: « Элементы фитнеса Хип хоп»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBmm7844	Визуальный контроль
65	Февраль	7.02	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу и чир спорту»элементы акробатики и гимнастики	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/K099	Визуальный контроль
66	Февраль	10.02	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Зачетное занятие»Выполнение нормативов, тестирование, анкетирование: оценка развития физических качеств. Оценка усвоения элементов по чирлидингу , акробатики ,гимнастики	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBK90yb	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
67	Февраль	12.02	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема:«Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8y8	Визуальный контроль
68	Февраль	14.02	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема«Зачетное занятие»Выполнение нормативов,	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBIg5b	Визуальный контроль
69	Февраль	17.02	Гр №1 спонедьник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: « Силовая тренировка самоконтроль»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/Kbu6443	Визуальный контроль
70	Февраль	19.02	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Готовимся к подведению итогов»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8gy4	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
71	Февраль	21.02	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: Хореографическая постановка	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBK90ybk	Визуальный контроль
72	Февраль	24.02	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: Хореографическая постановка	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBK90ybk	Визуальный контроль
73	Февраль	26.02	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: Хореографическая постановка	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBK90ybk	Визуальный контроль
74	Февраль	28.02	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Наши достижения»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG006	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
75	Март	3.03	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема :Классическая аэробика »Партерные упражнения»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VILf8	Визуальный контроль
76	Март	5.03	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль
77	Март	7.03	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Хореография в Чирлидинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/BI81b	Визуальный контроль
78	Март	10.03	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: « Оздоровительная аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n//hyfd86	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
79	Март	12.03	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема«Танцевальный калейдоскоп»:	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Kob85v	Визуальный контроль
80	Март	14.03	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Танцевальный калейдоскоп»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8q	Визуальный контроль
81	Март	17.03	Гр №1 опонедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Танцевальный калейдоскоп»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIk5fu	Визуальный контроль
82	Март	19.03	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Танцевальный калейдоскоп»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/BI81nn7	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
83	Март	21.03	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Наши возможности»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль
84	Март	24.03	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Наши возможности»»Калланетика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG	Визуальный контроль
85	Март	26.03	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Наши возможности - стретчинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8by85	Визуальный контроль
86	Март	28.03	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Красота и грация»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUuf589nb	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
87	Март	31	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Наши возможности»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/B186rcb	Визуальный контроль
88	Апрель	02	№1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Музыка главная составляющая занятий»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8q	Визуальный контроль
89	Апрель	04	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: « Разновидности аэробики»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUm77	Визуальный контроль
90	Апрель	07	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Кардио- аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG97	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
91	Апрель	09	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Кардио- аэробика» Комплекс упражнений	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/B18nnbr7	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
92	Апрель	11	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Кардио- аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vbn86644vf	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
93	Апрель	14	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Наши достижения- Элементы направлений фитнеса»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUIGh754	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
94	Апрель	16	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Наши достижения- Элементы направлений фитнеса»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBIb8oyxct	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
95	Апрель	18	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Наши достижения- Элементы направлений фитнеса»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/	Визуальный контроль
96	Апрель	21	Гр №1 понедельни 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Классическая аэробика Партерные упражнения»»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/VInu9cxcc	Визуальный контроль
97	Апрель	23	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Классическая аэробика Партерные упражнения»»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/BI9cvyb	Визуальный контроль
98	Апрель	25	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Классическая аэробика Партерные упражнения»»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KGn86	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
99	Апрель	28	Гр №1 понедельни 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(классическая аэробика)	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль
100	Апрель	30	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(степ – аэробика)	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUIGTYT85iv	Визуальный контроль
101	Май	05	Гр №1 понедельни 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(гимнастика партерная)	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/BI8nnmc89	Визуальный контроль
102	Май	07	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(джаз модерн)	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/nILb6986yq	Визуальный контроль

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
103	Май	12	Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(фристайл)	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUIGTYTi6	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
104	Май	14 16 19	Гр №1 среда пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Мир движений» «Составление индивидуальных композиций»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/BImbv78	Визуальный контроль
105	Май	21 23	Гр №1 среда пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Мир движений» Самостоятельная работа составление танцевальной комбинации	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
106	Май	26	Гр №1 понедельник 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Мир движений» Самостоятельная работа составление танцевальной комбинации	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми

№ п / п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
107	Май	28	Гр №1 среда 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Мир движений»Составление флешмоб	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/vt	Визуальный контроль
108	Май	30	Гр №1 пятница 15:00-15:45 16:00-16:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: »Итоговое занятие ОФП»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUIGbn6y76iv	Визуальный контроль

Календарно- учебный график
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе» Фитнес без границ «
на 2024 – 2025 учебный год
второй год обучения (ПФО) № 2,№ 3 группы

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
1	Сентябрь	2.09	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Занятие 1 Вводное занятие Введение в образовательную программу. Знакомство с работой творческого объединения «Эллан». Цели, задачи, перспективы развития творческого объединения на грядущий учебный год. Инструктаж по технике безопасности на занятиях	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkii85cj	Визуальный контроль
2	Сентябрь	4.09	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Базовые шаги , направления аэробики»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUIGTYT85iv	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
3	Сентябрь	6.09	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Здоровье – пусть к успеху»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//CUK%xy	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
4	Сентябрь	9.09	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45№ 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Постановка рисунка ,посьюрений и перемещений	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vki8bb	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
5	Сентябрь	11.09	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Детский чирлидинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com///ICUFm88ff	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
6	Сентябрь	13.09	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 Гр№ 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Шейпинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IUh9IUh9I2nf	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
7	Сентябрь	16.09	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 Гр№ 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: » Разработка танцевальных композиций»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkijutt6	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
8	Сентябрь	18.09	Ср Гр№2 17:00-17:45 18:00- 18:45 гр№ 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Наши возможности или специальная физическая подготовка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//TYUmbvr689	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
9	Сентябрь	20.09	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 Гр № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Наши возможности ; развитие силы»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//iuv88	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
10	Сентябрь	23.09	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 Гр № 3	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Кардио-аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IUh9nuo9	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 -20:45						
11	Сентябрь	25.09	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 Гр № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема»: « Совершенствование движений классической аэробики»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IU78k96	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
12	Сентябрь	27.09	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема:» Мир движений , разработка танцевальных композиций»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//TYU006	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
13	Сентябрь	30.09	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Музыкальные игры»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//Cbn90cv	Визуальный контроль
14	Октябрь	2.10	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Хореография»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//Vkiioiy	Визуальный контроль
15	Октябрь	4.10	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Занятие-зачет»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//JCUFmb89y	Визуальный контроль
16	Октябрь	7.10	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Чирлидинг -это здорово»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IUh9[2n	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 -20:45						
17	Октябрь	9.10	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Хореография и Чирлидинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/TJn674	Визуальный контроль
18	Октябрь	11.10	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45№ 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: « Танцевальная аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/JCUFnn777	Визуальный контроль
19	Октябрь	14 10	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45№ 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Танцевальный калейдоскоп»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/TYmng679	Визуальный контроль
20	Октябрь	16.10	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Подготовка к чемпионату »	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/CUK%xy	Визуальный контроль
21	Октябрь	18.10	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Подготовка к чемпионату,отработка танцевальной постановки»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/JCUFiiy65	Визуальный контроль
22	Октябрь	21.10	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Гибкость»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Tn995	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			№ 3 19:00-19:45 20:00 -20:45						
23	Октябрь	23.10	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Музыка в спорте»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IUh9IUhmy89	Визуальный контроль
24	Октябрь	25.10	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Квартальное зачетное занятие»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/TY0864b	Визуальный контроль
25	Октябрь	28.10	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Степ аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkii85cj	Визуальный контроль
26	Октябрь	30.10	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Чирлидинг »	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/JCUF774ii877	Визуальный контроль
27	Ноябрь	1.11	Пт Гр№2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Дыхательная гимнастика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/TY9664	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 -20:45						
28	Ноябрь	6.11	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Классификация видов аэробики»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Tm09tg	Визуальный контроль
29	Ноябрь	8.11	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема.: Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу и чир спорту»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/CK%xy	Визуальный контроль
30	Ноябрь	11.11	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: «Организация фитнес плана»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/TYU^hy	Визуальный контроль
31	Ноябрь	13.11	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: « Самооценка» Самостоятельная работа :Выполнение гимнастических элементов«Мост»Сположения лежа ,с положения стоя.	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/TY88bnbn	Визуальный контроль
32 33	Ноябрь	15.11 18.11	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Акробатика» «Акробатика и элементы	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkij85cj	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 -20:45						
34	Ноябрь	20.11	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Стретчинг	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//TYUji854b	Визуальный контроль
35	Ноябрь	22.11	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Чирлидинг »	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//JCUF774ck	Визуальный контроль
36	Ноябрь	25.11	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема:» Силовой вид аэробики.,статические упражнения»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com//K<LY8864vjm">https://drive.google.com//K<LY8864vjm	Визуальный контроль
37	Ноябрь	27.11	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема:»Силовой вид аэробики.	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IU78nmbnvb779i	Визуальный контроль
38	Ноябрь	29.11	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: »Красота и здоровье»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com//K<LY800n">https://drive.google.com//K<LY800n	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 -20:45						
38	Декабрь	2.12	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Хореография в Чирлидинге»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8nmnv478">https://drive.google.com/K<LY8nmnv478	Визуальный контроль
39	Декабрь	4.12	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Упражнения на дыхание»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//C UK%xy	Визуальный контроль
40	Декабрь	6.12	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Соревнования по Чирлидингу и Чир спорта Оренбургской области»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IU h9[/1086	Визуальный контроль
41	Декабрь	9.12	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:4 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: » Комплекс «Флеш моб»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//TY ii668	Визуальный контроль
42	Декабрь	11.12	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: Хореография в Чирлидинге»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkii 85cj	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 -20:45						
43	Декабрь	13.12	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Развитие пластики»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU58M9	Визуальный контроль
44	Декабрь	16.12	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное фото	1	Тема: «Соревнования по Чирлидингу и Чир спорта Оренбургской области»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//JCUF774ck	Визуальный контроль
45	Декабрь	18.12	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема:»Специальная физическая подготовка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//TYU0865vb	Визуальный контроль
46	Декабрь	20.12	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Основная постановка (комплекс) по чирлидингу»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IU9964h	Визуальный контроль Консультация сродителями/деть ми
47	Декабрь	23.12	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Акробатика в постановке»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//CUK%xv	Визуальный контроль Консультация сродителями/деть ми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 -20:45						
48	Декабрь	25.12	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Базовые шаги , направления аэробики»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU58jjd57	Визуальный контроль Консультация сродителями/детьми
49	Декабрь	27.12 30..12	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Не легок путь к успеху» «Степ-аэробика».	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkii85cj	Визуальный контроль Консультация сродителями/детьми
50	Январь	10.01	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Степ аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//F07tvb	Визуальный контроль
51	Январь	13.01	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Бережное отношение к своему здоровью»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IU744in4vi	Визуальный контроль
52	Январь	15.01	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Физическая нагрузка или как восстановить силы»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IUh90664v	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 -20:45						
53	Январь	17.01	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: Подготовка к Чемпионату по Чирлидингу	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//CUK%xv	Визуальный контроль
54	Январь	20.01	Пн Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео, фото	1	Тема: «Флешмоб для выступлений на городских площадках»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//JCUF774ck	Визуальный контроль
55	Январь	22.01	Ср Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Связки и комбинации из базовых шагов и элементов различной сложности»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU58M86	Визуальный контроль
56	Январь	24.01	Пт Гр №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Акробатика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IUbop08	Визуальный контроль
57	Январь	27.01	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное фото	1	Тема: «Стретчинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//ICUFb85v	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
58	Январь	29.01	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Силовые упражнения»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//CUK%xy	Визуальный контроль
59	Январь	31.01	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: « Особенности танцевального стиля Хип-хоп»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//U9bii4	Визуальный контроль
60	Февраль	3.02	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Хореография»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU9yu95b	Визуальный контроль
61	Февраль	5.02	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Занятие-зачет»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//VKii85cj	Визуальный контроль
62	Февраль	7.02	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: Чирлидинг- красивый вид спорта»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//JCUF774ck	Визуальный контроль
63	Февраль	10.02	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Физическая нагрузка или как восстановить силы»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU58bb	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			№ 3 19:00-19:45 20:00 20:45						
64	Февраль	12.02	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное фото	1	Тема: «Разработка танцевальной композиции»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//C UK%xy	Визуальный контроль
65	Февраль	14.02	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео	1	Тема: « Функциональная тренировка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//F U58MG	Визуальный контроль
66	Февраль	17.02	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: « Кардио- аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//Iio oy88754	Визуальный контроль
67	Февраль	19.02	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное фото	1	Тема: » Стретчинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//F U58m864	Визуальный контроль
68	Февраль	21.02 4.02	Пт пн №2 17:00-17:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45 18:00-18:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема »Постановка рисунка , перестроений, перемещений»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IU h9I/0n7c	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
69	Февраль	26.02	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Калланетика.»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkii85jygb8	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
70	Февраль	28.02	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Степ –аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/TYU^0876b	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
71	Март	3.03	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное фото	1	Тема: «Шейпинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IU09bn	Визуальный контроль
72	Март	5.03	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Блок динамических упражнений»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU5964b	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
73	Март	7.03 10.03	Пт пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	2	Тема: «Хореографические постановки»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//CUK%xy	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
74	Март	12.03	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема:» Круговая тренировка»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//UUh9[-k9h	Визуальный контроль
75	Март	14.03	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Степ-аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkij85cj	Визуальный контроль
76	Март	17.03	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: »Кардио-аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//UJ78899hh	Визуальный контроль
77	Март	19.03	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное фото	1	Тема: »Бодифлекс , дыхательная гимнастика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU58964b	Визуальный контроль
78	Март	21.03	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанцио	1	Тема: «Физическая нагрузк, восстанавливаем силы»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//UUh9[-n7y54	Визуальный контроль
79	Март	24.03	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Техника движений»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//JCUF08vbn	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 -20:45						
80	Март	26.03	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Мы в спортивном мире»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IU78ihhbb7	Визуальный контроль
81	Март	28.03	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Музыка и спорт»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkii85cj	Визуальный контроль
82	Март	31.03	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Зачетное занятие»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/HI85G	Визуальный контроль
83	Апрель	2.04	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу и чир <i>спорту</i> »	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/CK%bn90	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
84	Апрель	4.04	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема:«Физическая нагрузка или восстанавливаем силы»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU5oob78	Визуальный контроль
85	Апрель	7.04	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное фото	1	Тема: Акробатические элементы	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//H075v	Визуальный контроль
86	Апрель	9.04	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 -20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Техника движений»(Базовый комплекс упражнений)	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//Vkii85cj	Визуальный контроль
87	Апрель	11.04	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Степ – аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IU976b	Визуальный контроль
88	Апрель	14.04	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Шейпинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU58kmy84	Визуальный контроль
89	Апрель	16.04	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Калланетика»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//9g653vb	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			№ 3 19:00-19:45 20:00 20:45						
90	Апрель	18.04	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Основная постановка (комплексе) по чирлидингу»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//CUu8i8v	Визуальный контроль
91	Апрель	21.04	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Акробатика в Чирлидинге»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU50b64	Визуальный контроль
92	Апрель	23.04	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное фото	1	Тема: Калистеника»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//lkj669	Визуальный контроль
93	Апрель	25.04	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: « пнравильное питание»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//Vkii8hju7	Визуальный Контроль
94	Апрель	28.04	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Составляем постановки самостоятельно»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//IU977bn	Визуальный Контроль Консультация с родителями/детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
95	Апрель	30.04	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Развитие фитнеса»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/HIm7v56	Визуальный Контроль
96	Май	5.05	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема Фитнес в Оренбургской области»:	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/CU9n9bn	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
97	Май	7.05	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Зачетное занятие»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/TYU^964b	Визуальный контроль
98	Май	12.05	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/IU784vi	Визуальный контроль
99	Май	14.05	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Хореографические постановки	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/Vkbu997	Визуальный контроль
100	Май	16.05	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: На пути к успеху»«Моделирование собственной личности».	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/FU588vvh	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 20:45						
101	Май	19.05	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное Видео,фото	1	Тема: «Занятие-чемпионат: Участие в первенстве и Чемпионате г Оренбурга по Чир спорту »	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com/HI067bnm	Визуальный контроль
102	Май	21.05	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное	1	Тема: «Наши достижения»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//FU5nm96v	Визуальный контроль
103	Май	23.05	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное	1	Тема: « Стретчинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//CUK%xy	Визуальный контроль
104	Май	26.05	Пн №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00-20:45	Очное Дистанционное	1	Тема: «Занятие-Чемпионат» Участие в первенстве и Чемпионате	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//TUU^hv	Визуальный контроль
105	Май	28.05	Ср №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное	1	Тема: Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу и чир спорту»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//H-0nn9	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
106	Май	30.05	Пт №2 17:00-17:45 18:00- 18:45 № 3 19:00-19:45 20:00 20:45	Очное Дистанционное	1	Тема: «Сила, гибкость, красота»	ЦТиС «Лора Плюс» Спортивный зал	Видео материал https://drive.google.com//EU5mg73b	Визуальный контроль

Календарно- учебный график
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе» « Тонус »
на 2024 – 2025 учебный год (МЗ)
первый, второй год обучения гр № 1,2,3

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
1	Сентябрь	2.-09	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Очное Дистанцио нное Видео	1	Занятие1 Вводное занятие Введение в образовательную программу. Знакомство с работой творческого объединения «Эллан».Цели, задачи, перспективы развития творческого объединения на гредущий учебный год. Инструктаж по технике безопасности на занятиях Тема: «Хорошая осанка»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Фото отчет Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U85H	Визуальный контроль
2	Сентябрь	4 .09	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Хорошая осанка» Учимся слушать счет»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль Консультация для родителей
3	Сентябрь	6.09	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3	Видео	1	Тема: «Учимся слушать счет» Музыка – важная составляющая занятий аэробикой»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U8585b	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
4	Сентябрь	9.09	19:00-19:45	Пн Гр №1 Видео презентация	1	Тема: «Правила соревнований по фитнесу»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/VIL8q	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
			20:00-20:45						
			15:00-15:45						
5	Сентябрь	11.09	16:00-16:45	Ср Гр №1 Видео презентация	1	Тема«Правила соревнований по чирлидингу»	ЦТиС «Лора Плюс»	Видео материал https://drive.google.com/KVK90	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
			17:00-17:45						
			18:00-18:45						
6	Сентябрь	13.09	19:00-19:45	Пт Гр №1 Видео	1	Тема: Базовые шаги, направлений фитнеса»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/KVI96B	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми
			20:00-20:45						
			15:00-15:45						
7	Сентябрь	16.09	16:00-16:45	Пн Гр №1 Видео	1	Тема: «Калланетика»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG	Визуальный контроль Консультация с родителями/
			15:00-15:45						
			16:00-16:45						

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			№2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45						детьми
8	Сентябрь	18 09	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: Не легок путь к успеху «Степ аэробика»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//Vb	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми
9	Сентябрь	20.09	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: « Развитие гибкости ,перекаты в группировке»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//IV74fU85H	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
10	Сентябрь	23.09	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3	Видео	1	Тема: «Бережное отношение к своему здоровью»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//IVXR^U85H	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
11	Сентябрь	25.09	Ср Гр №1 19:00-19:45 20:00-20:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео презентация	1	Тема: «Физическая нагрузка или как восстановить силы»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXhio57	Визуальный контроль Консультация с родителями детьми
12	Сентябрь	27.09	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео презентация	1	Тема: «Чирлидинг»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR865	Визуальный контроль Консультация с родителями детьми
13	Сентябрь	30.09	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Флеш моб для выступлений на городских площадках»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/IV7885dv85H	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
14	Октябрь	2.10	Ср Гр №1	Видео	1	Тема: Групповые репетиции «Флеш моб »	ЦТиС «Лора Плюс»	Видео материал	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45				Хореографический зал	https://drive.google.com/IVX668	
15	Октябрь	4.10	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: Групповые репетиции «Флеш моб для молодежи»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^vti63	Визуальный контроль
17	Октябрь	7.10	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20 :0020:45	Видео	1	Тема:» Основная постановка (комплекс) по чирлидингу»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXRvfty866	Визуальный контроль
18	Октябрь	9.10	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45	Видео	1	Тема: «Акробатика»	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXc67uf67 U85H	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45						
19	Октябрь	11.10 14.10	Пт пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Стретчинг «	ЦТиС «Лора Плюс» Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/v67	Визуальный контроль
20	Октябрь	16.10	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Чирлидинг »	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U85b	Визуальный контроль
21	Октябрь	18.10	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Дыхательная гимнастика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/xe3oi65	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
22	Октябрь	21.10	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Классификация видов аэробики»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/g56hn	Визуальный контроль
23	Октябрь	23 10	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:4 5	Видео	1	Тема: «Современные тенденции в фитнесе»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KI1578	Визуальный контроль
24	Октябрь	25.10	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео-Пр изентация »Аэро степ»	1	Тема: «Степ –аэробика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//IVXR^c7cшк67	Визуальный контроль
25	Октябрь	28.10	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45	Видео	1	Тема: «Хореографические постановки»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//IVXR^U85H	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
26	Октябрь	30.10	№2 17:00-17:45 18:00-18:45	Видео	1	Тема:«Мои жизненные ценности»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KBK9766k	Визуальный контроль
			№3 19:00-19:45 20:00-20:45						
			Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45						
27	Ноябрь	1 11	№2 17:00-17:45 18:00-18:45	Видео	1	Тема: «Организация фитнес плана»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIL8q	Визуальный контроль
			№3 19:00-19:45 20:00-20:45						
			Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45						
28	Ноябрь	6 11	№2 17:00-17:45 18:00-18:45	Видео	1	Тема:» Формирование и совершенствование двигательных качеств»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIbiv87	Визуальный контроль
			№3 19:00-19:45 20:00-20:45						
			Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45						

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
29	Ноябрь	8.11	Пт Гр №1 19:00-19:45 20:00-20:45 №2 15:00-15:45 16:00-16:45 №3 17:00-17:45 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Каллистика «	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//m885m	Визуальный контроль
30	Ноябрь	11.11	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Подготовка к чемпионату»Выполнение элеменов Чира :точ-гач, Хедлер, Херки.	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KB65yunh	Визуальный контроль
31	Ноябрь	13.11	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Хореография»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIvbb888	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
32	Ноябрь	15.11	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Музыкальные игры» «Учимся слышать ритм ».	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/IVXR^U85H	Визуальный контроль
33	Ноябрь	18.11	пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45 5	Видео	1	Тема: «Ценность спортивного образования»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/KIJK	Визуальный контроль
34	Ноябрь	20.11	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: « Силовая тренировка с отягощением»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль
35	Ноябрь	22.11	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2	Видео	1	Тема: «Музыка и спорт»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.nlgle.com/VIL8q	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45						
36	Ноябрь	25.11	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Зачетное занятие»Выполнение нормативов, тестирование, анкетирование: оценка развития физических качеств. Оценка усвоения элементов по чирлидингу , акробатики, гимнастики	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIJK	Визуальный контроль
37	Ноябрь	27.11	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:4	Видео	1	Тема: «Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу и чир спорту»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUubn 85iv	Визуальный контроль
38	Ноябрь	29.11	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Видео	1	Тема: «Соревнования по Чирлидингу и Чир спорта	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KBK90yg7	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
39	Декабрь	2.12	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Мир движений, мир в движении».	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VILb776	Визуальный контроль
40	Декабрь	4.12	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Ступени к цели!»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUIGTYT85iv	Визуальный контроль
41	Декабрь	6.12	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Здоровье– пустьк успеху»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIGi77	Визуальный контроль
42	Декабрь	9.12	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: « ОФП»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KI00bk	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			№2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45						
43	Декабрь	11.12	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: « Команда и Я»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIJK/	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми
44	Декабрь	13.12	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Чирлидинг-это здорово»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUIGTYT965vb	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
45	Декабрь	16.12	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: Подготовка к акции «Флэшмоб на чемпионат»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KBK90ybk	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00-20:45						
46	Декабрь	18.12	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:4 5	ЦТиС «Лора Плюс»»	1	Тема: Чирлидинг и направления по чирлидингу и чир спорту»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIL8997	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
48	Декабрь	20.12	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:4 5	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: Подготовка к чемпионату «Флэшмоб »	Хореографический зал	Видеоматериал https://drive.google.com//KLIK	Визуальный контроль
49	Декабрь	23.12	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: Подготовка к чемпионату «Флэшмоб »	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n99	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
50	Декабрь	25.12	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	В ЦТиС «Лора Плюс» идео	1	Тема: «Гимнастика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KBI96B	Визуальный контроль
51	Декабрь	27.12	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема:» Танцевальный калейдоскоп»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG9976y5	Визуальный контроль
52	Декабрь	30.12	Пн Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Кардио- аэробика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIB8653	Визуальный контроль
53	Январь	10.11	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Детский чирлидинг»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUIGhhb8b	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
54	Январь	13.01	17:00-17:45	Пн Гр №1 ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: » Марафон здоровья»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIJK	Визуальный контроль
			18:00:18:45						
			№3						
			19:00-19:45						
			20:00-20:45						
55	Январь	15.01	15:00-15:45	Ср Гр №1 ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: »Красота и здоровье»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG	Визуальный контроль
			16:00-16:45						
			№2						
			17:00-17:45						
			18:00:18:45						
56	Январь	17 01	15:00-15:45	Пт Гр №1 ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Детский чирлидинг»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KGn9	Визуальный контроль
			16:00-16:45						
			№2						
			17:00-17:45						
			18:00:18:45						
			№3						

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
57	Январь	20.01	Пн №1 19:00-19:45 20:00-20:45 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Мир красоты и грации»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KBK90yv77r	Визуальный контроль
59	Январь	22.01	Ср Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Мой мир» « Я и мир вокруг нас»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KB79dr	Визуальный контроль
60	Январь	24.01	Пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Самонаблюдение ,как средство самосовершенствования»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIL8q	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
61	Январь	27.01	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Гр ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «На пути к успеху»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KB196B	Визуальный контроль
62	Январь	29.01 31.01	Ср пт Гр №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Занятие-чемпионат: Участие в первенстве и Чемпионате»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KBK90yv7	Визуальный контроль
63	Февраль	3.02	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	Гр ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Мои достижения»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.e.com//KBK09	Визуальный контроль
64	Февраль	5 02	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Кардио и сила»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KBMM7844	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			№2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45						
65	Февраль	7.02	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу и чир спорту»элементы акробатики и гимнастики	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/K099	Визуальный контроль
67	Февраль	10.02	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора	1	Тема:«Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIL8y8	Визуальный контроль
68	Февраль	12 02	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема«Зачетное занятие»Выполнение нормативов,	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KBIg5b	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
69	Февраль	14.02	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Баланс»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/Kbu6443	Визуальный контроль
70	Февраль	17.02	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Готовимся к подведению итогов»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/VI_L8gy4	Визуальный контроль
71	Февраль	19.02	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: Хореографическая постановка	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KVK90ybk	Визуальный контроль
72	Февраль	21.02	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: Хореографическая постановка	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KVK90ybk	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
73	Февраль	24.02 26.02	Пн ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: Хореографическая постановка	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KBK90ybk	Визуальный контроль
74	Февраль	28.02	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Наши достижения»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG006	Визуальный контроль
75	Март	3 03	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема:Классическая аэробика»Партерные упражнения	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VILf8	Визуальный контроль
76	Март	5.03	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KB196B	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			№2 17:00-17:45 18:00:18:45						
			№3 19:00-19:45 20:00-20:45						
77	Март	7 03	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Хореография в Чирлидинг»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//BI81b	Визуальный контроль
			№2 17:00-17:45 18:00:18:45						
			№3 19:00-19:45 20:00-20:45						
78	Март	10.03	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Фитнес микс»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n//hyfd86	Визуальный контроль
			№2 17:00-17:45 18:00:18:45						
			№3 19:00-19:45 20:00-20:45						
79	Март	12 03	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема«Танцевальный калейдоскоп»:	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//Kob85v	Визуальный контроль
			№2 17:00-17:45 18:00:18:45						
			№3 19:00-19:45 20:00-20:45						

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
80	Март	14.03	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Танцевальный калейдоскоп»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIL8q	Визуальный контроль
81	Март	17.03	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Танцевальный калейдоскоп»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIk5fu	Визуальный контроль
82	Март	19.03	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Танцевальный калейдоскоп»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//BI81nn7	Визуальный контроль
83	Март	21 03	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Наши возможности»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KB196B	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
84	Март	24.03	Пн №1 19:00-19:45 20:00-20:45 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Наши возможности»»Калланетика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG	Визуальный контроль
85	Март	26 03	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Наши возможности - стретчинг»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIL8by85	Визуальный контроль
86	Март	28.03	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Красота и грация»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUiuf589nb	Визуальный контроль
87	Март	31.03	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Наши возможности(Контрольные нормативы)»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//BI86rcb	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
88	Апрель	2.04	Ср №1 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Музыка главная составляющая занятий»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/VI_L8q	Визуальный контроль
89	Апрель	4.04	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Танцевальный батл»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUm77	Визуальный контроль
90	Апрель	7.04	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Кардио- аэробика», «статодинамика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG97	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
91	Апрель	9 04	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Кардио- аэробика» Комплекс упражнений	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//BI8nabr7	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми
92	Апрель	11 04	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Кардио- аэробика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//Vbn86644vf	Визуальный контроль Консультация с родителями детьми
93	Апрель	14.04	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Наши достижения- Элементы направлений фитнеса»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUIGh754	Визуальный контроль Консультация с родителями детьми
94	Апрель	16 04	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Наши достижения- Элементы направлений фитнеса»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KB1b8oyxct	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00-20:45						
95	Апрель	18.04	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Наши достижения- Элементы направлений фитнеса»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/	Визуальный контроль
96	Апрель	21.04	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Классическая аэробика Партерные упражнения»»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VI nu9cxcc	Визуальный контроль
97	Апрель	23 04	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс» Видео	1	Тема: «Классическая аэробика Партерные упражнения»»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//BI 9cvy b	Визуальный контроль
98	Апрель	25.04	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Классическая аэробика Партерные упражнения»»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n /KGn86	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45						
99	Апрель	28.04 30.04	Пн ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(классическая аэробика)	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KB196B	Визуальный контроль
100	Май	5 05	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(степ – аэробика)	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUIGTYT85iv	Визуальный контроль
101	Май	7 05	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(гимнастика партерная)	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//BI8nmmc89	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
102	Май	12.05	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(джаз модерн)	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/nILb6986yq	Визуальный контроль
103	Май	14.05	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Хореографическая миниатюра»(фристайл)	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/KIUIGTyTi6	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
104	Май	16 05	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Мир движений»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/BImlbv78	Визуальный контроль Консультация с родителями детьми
105	Май	19 05	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Мир движений»Самостоятельная работа составление танцевальной комбинации	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/KBI96B	Визуальный контроль Консультация с родителями детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
106	Май	21.05	Ср №1 19:00-19:45 20:00-20:45 №2 15:00-15:45 16:00-16:45 №3 17:00-17:45 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Мир движений» Самостоятельная работа составление танцевальной комбинации	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/n/KG	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми
107	Май	23.05	Пт №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: «Мир движений» Составление флешмоб	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/vt	Визуальный контроль
108	Май	26.05	Пн №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: »Партерные упражнения »	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//KIUIGbn6 y76 iv	Визуальный контроль
109	Май	28.05	Ср №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00-18:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: »Партерные упражнения »	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//BI8n87c	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
110	Май	30.05	№3 19:00-19:45 20:00-20:45 №1 15:00-15:45 16:00-16:45 №2 17:00-17:45 18:00:18:45 №3 19:00-19:45 20:00-20:45	ЦТиС «Лора Плюс»	1	Тема: »Партерные упражнения »	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com//VIL8nu8cv	Визуальный контроль

**Календарно- учебный график
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе» «Аэробика »
на 2024 – 2025 учебный год
третий год обучения гр № 4 (гимназия№ 3) МЗ**

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
1	Сентябрь	3.09	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Занятие 1 Вводное занятие Введение в образовательную программу. Знакомство с работой творческого объединения «Эллан».Цели, задачи, перспективы развития творческого объединения на гредущий учебный год. Инструктаж по технике безопасности на занятиях	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
2	Сентябрь	5.09	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «В мире спорта»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
3	Сентябрь	10.09	Гр №4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Классификация видов аэробики»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/Dj99ij	Визуальный контроль Консультация с родителями детьми
4	Сентябрь	12.09	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Музыка – важная составляющая занятий аэробикой»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
5	Сентябрь	17.09	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Мои достижения»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG8b89v958j	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
6	Сентябрь	19.09	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Основная постановка (комплекс) по чирлидингу»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
7	Сентябрь	24.09	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Акробатика»«Акробатические элементы».	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/joo9b7	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
8	Сентябрь	26.09	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Калистеника»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
9	Октябрь	1 10	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Составляем постановки самостоятельно»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG869785ib	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
10	Октябрь	3.10	Гр 1№ 4 четверг 18:00-18:45 19:00- 19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Калистеника»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/Lj9nj7	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
11	Октябрь	8.10	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Акробатика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
12	Октябрь	10.10	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Техника движений»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjmbb8t6n">https://drive.google.com/K<LY8864vjmbb8t6n	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
13	Октябрь	15.10	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Степ – аэробика»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjmigbn087b88u">https://drive.google.com/K<LY8864vjmigbn087b88u	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
14	Октябрь	17.10	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Хореографические постановки» Тема: «Основная постановка (комплекс) по чирлидингу»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/Lj99	Визуальный контроль
15	Октябрь	22.10	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема:«На пути к успеху» Тема:«Сила, гибкость, красота»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjmib55nn6">https://drive.google.com/K<LY8864vjmib55nn6	Визуальный контроль
16	Октябрь	24.10	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Ножки мирового стандарта» Тема: «Мир движений»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль
17	Октябрь	29.10 31.10	Гр № 4 вторник четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Музыка и спорт» Тема: Подготовка «Флеш моб на открытие Чемпионата по Чирлидингу	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm9b65cbn">https://drive.google.com/K<LY8864vjm9b65cbn	Визуальный контроль
18	Ноябрь	5.11	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Музыка и спорт» Тема: «Техника дыхания»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm89yb7rbnn">https://drive.google.com/K<LY8864vjm89yb7rbnn	Визуальный контроль
19	Ноябрь	7.11	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Музыка и спорт» Тема: «Ступени к цели!»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm84bn">https://drive.google.com/K<LY8864vjm84bn	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
20	Ноябрь	12.11	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Подготовка «Флеш моб на открытие Чемпионата по Чирлидингу	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль
21	Ноябрь	14.11	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Фитнес в Оренбургской области»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль
22	Ноябрь	19.11	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Фитнес в Оренбургской области»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль
23	Ноябрь	21.11	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Фитнес в Оренбургской области	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm96755v">https://drive.google.com/K<LY8864vjm96755v	Визуальный контроль
24	Ноябрь	26.11	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Степ аэробика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86087ug	Визуальный контроль
25	Ноябрь	28.11	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Степ аэробика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
26	Декабрь	3.12	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Степ аэробика» Тема: «Бережное отношение к своему здоровью»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm8ob7y">https://drive.google.com/K<LY8864vjm8ob7y	Визуальный контроль
27	Декабрь	5.12	Гр: № 4 четверг 8:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Физическая нагрузка или как восстановить силы» Тема: Стретчинг	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm045u09n">https://drive.google.com/K<LY8864vjm045u09n	Визуальный контроль
28	Декабрь	10.12	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Чирлидинг » Тема: Подготовка к чемпионату»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm8549">https://drive.google.com/K<LY8864vjm8549	Визуальный контроль
29	Декабрь	12.12	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Хореография» Тема: «Музыкальные игры»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
30	Декабрь	17.12	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: »Кардио-аэробика» Тема: »Дыхательная гимнастика»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm.lng68">https://drive.google.com/K<LY8864vjm.lng68	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
31	Декабрь	19.12	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Силовая гимнастика»» Тема: Основная постановка (комплекс) по чирлидингу»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/BCR*(7874	Визуальный контроль онсультация с родителями/детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
32	Декабрь	24.12	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Основная постановка (комплекс) по чирлидингу Тема: Танцевальный калейдоскоп»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86656	Визуальный контроль
33	Декабрь	26.12	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Кардио -аэробика» Тема: «Детский чирлидинг»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm09746vb">https://drive.google.com/K<LY8864vjm09746vb	Визуальный контроль
34	Январь	9.01	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: »Шейпинг» Тема: «Хореография»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/Dj908b	Визуальный контроль
35	Январь	14.01	Гр № 4 вторник 8:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема:«Занятие-зачет» Тема:»Репетиция «Флеш моб	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86485999b	Визуальный контроль
36	Январь	16.01	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема:«Основная постановка (комплекс) по чирлидингу»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль
37	Январь	21.01	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Подготовка «Флеш моб на открытие Чемпионата Тема: «Мир движений»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
39	Январь	23.01	Гр № 4 четверг 8:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Ступени к цели!» Тема: «Занятие-зачет»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86j9b86y	Визуальный контроль
40	Январь	28.01	Гр № 4 вторник 8:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Техника движений» Тема: «Степ – аэробика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/Dj99	Визуальный контроль
41	Январь	30.01	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Музыка в спорте» Тема: «Квартальное зачетное занятие»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86784	Визуальный контроль
42	Февраль	4.02	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Степ аэробика» Тема :»хореографические постановки»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjmiv8v">https://drive.google.com/K<LY8864vjmiv8v	Визуальный контроль
43	Февраль	6.02	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Акробатические элементы» Тема: «Калистеника»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86NBC& (Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми
44	Февраль	11.02	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Гимнастика» Тема: «Соревнования по Чирлидингу и Чир спорту	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjmv896h">https://drive.google.com/K<LY8864vjmv896h	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
45	Февраль	13.02	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Техника движений В Чирлидинге» Тема: «Степ – аэробика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/1j98gb	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми
46	Февраль	18.02	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Лип прыжки в чирлидинге, как вид аэробики Тема: «Силовая тренировка»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль Консультация с родителями /детьми
47	Февраль	20.02	Гр № 4 четверг 8:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Мои достижения в фитнесе» Тема: «Занятие-Чемпионат» Участие в первенстве и Чемпионате	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjmnke8945">https://drive.google.com/K<LY8864vjmnke8945	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми
48	Февраль	25.02	Гр № 4 вторник 8:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Федерация фитнес – аэробики, и федерация по чирлидингу Тема: «Калланетика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/1j99n9h7	Визуальный контроль Консультация с родителями/ детьми
49	Февраль	27.02	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Путь к успеху» Тема: «Степ аэробика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86766	Визуальный контроль Консультация с родителями/детьми

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
50	Март	4.03	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Хореографические постановки» Тема: «На пути к успеху»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль
51	Март	6 03	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Калланетика» Тема: Федерация фитнес – аэробики, и федерация»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/Lj99i0b89KG	Визуальный контроль
52	Март	11 03	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Физическая нагрузка или восстанавливаем силы» Тема: «Акробатика»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86%BBN	Визуальный контроль
53	Март	13 03	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Кардио нагрузка» Тема: »Хореография в фитнесе»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль
54	Март	18.03	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Каллистеника» Тема: «Физическая нагрузка или как восстановить силы»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль
55	Март	20.03	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Восточный танец» Тема: «Зачетное занятие»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm04t">https://drive.google.com/K<LY8864vjm04t	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
56	Март	25.03	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Федерация фитнес–аэробики,и Чиридинга Тема: «Физическая нагрузка»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/Tj99JMMH	Визуальный контроль
57	Март	27.03	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Акробатические элементы» Тема: «Техника движений»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86mvcNEI	Визуальный контроль
59	Апрель	1.04	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	» Тема: «Элементы фитнеса» Тема: «Основная постановка (комплекс) по чирлидингу»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86b8vvi	Визуальный контроль
60	Апрель	3..04	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Акробатика в фитнесе» Тема: «Калистеника»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjmb88">https://drive.google.com/K<LY8864vjmb88	Визуальный контроль
61	Апрель	8.04	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Витамины» Тема: «Составляем постановки самостоятельно»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль
62	Апрель	10.04	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Развитие фитнеса» Тема: «Правила соревнований»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86ob677cv	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
63	Апрель	15.04	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Базовые шаги – стиль и направления аэробики» Тема«Калланетика»	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjmKU855">https://drive.google.com/K<LY8864vjmKU855	Визуальный контроль
64	Апрель	17.04	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Калланетика» Тема: «Комплекс упражнений»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/Imnr6oo	Визуальный контроль
65	Апрель	22.04	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Бережное отношение к своему здоровью» Тема: «Физическая нагрузка и отдых»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86l85n	Визуальный контроль
66	Апрель	24.04	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Движение – это жизнь»	Хореографический зал	Видеоматериал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm">https://drive.google.com/K<LY8864vjm	Визуальный контроль
67	Апрель	29.05	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема:«Зачетное занятие»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль
68	Май	6.05	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Готовимся к подведению итогов»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86099i67b	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
69	Май	8.05	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Готовимся к подведению итогов»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/1j8753vb	Визуальный контроль
70	Май	13.05	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Зачетное занятие»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG869065	Визуальный контроль
71	Май	15.05	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: «Занятие-соревнование	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm8655">https://drive.google.com/K<LY8864vjm8655	Визуальный контроль
72	Май	20.05	Гр № 4 вторник 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Итоговое занятие Чемпионат»	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/YULG86	Визуальный контроль
73	Май	22.05	Гр № 4 четверг 18:00-18:45 19:00-19:45 20:00 20:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Итоговое занятие »	Хореографический зал	Видео материал <a href="https://drive.google.com/K<LY8864vjm0g6v9">https://drive.google.com/K<LY8864vjm0g6v9	Визуальный контроль
74	Май	27.05 29.05	Гр № 4 вторник четверг 18:00-18:45	Гимназия № 3 Видео	3	Тема: Итоговое занятие »	Хореографический зал	Видео материал https://drive.google.com/1jm89cv6	Визуальный контроль

№ п/п	Месяц	Число	Время проведени я занятия	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Место проведения	Название информационных ресурсов ,ссылки на них	Форма контроля
			19:00-19:45 20:00 20:45						