

| Педагог дополнительного образования Гербова Е.Ю. | | |
|--|---|---|
| Дата проведения занятия | Тема занятия | Материалы к занятию/Электронные песурсы |
| 20.04.20 | ОФП для юных пловцов в период летних каникул для спортсменов тр Мокан В Н | https://www.youtube.com/watch?v=GrLvSZRXqA |
| 21.04.20 | Как правильно плавать вольным стилем | https://ru.wikihow.com/правильно-плавать-вольным-стилем |
| 22.04.20 | Плавание кролем на спине: разбор техники и основных ошибок | https://iplav.com/stili/na-spine/krol.html |
| 23.04.20 | Упражнения на суше для брасса: сила, растяжка, техника | https://iplav.com/stili/brass/uprazhneniya-na-sushe-2.html |
| 24.04.20 | Техника плавания баттерфляем для начинающих | https://www.soveton.com/sport/fitnes/plavanie-dlya-pokhudeniya/tehnika-batterflyaem.html |
| 25.04.20 | Чем заменить тренировку в бассейне: 8 упражнений для дома | https://blog.decathlon.ru/sovety/chem-zamenit-trenirovku-v-bassejne-v-period-samoizolyacii-8-uprazhnenij-dlya-plovcov.html |