**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

ГБОУ СОШ №3 им. М.Ф. Леонова с. Приволжье

#ПРОкачайЗИМУ

Онлайн-смены:

**«Прокачать» мозг** – новые знания и умения;

**«Прокачать» тело** – заняться спортом и собственным здоровьем;

 **«Прокачать» себя** – научиться петь, танцевать, играть, с пользой проводить свободное время;

**«Прокачать» свое окружение** – новый формат общения с семьей, поиск общего хобби, поиск новых друзей по интересам



**5 ЯНВАРЯ ВТОРНИК**

**1-4 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Время** | **Способ** | **Название онлайн-смены** | **Тема занятия** | **Ресурс** | **Форма представления отчета** |
| 9.00-9.20 | С помощью ЭОР | **УТРЕННЯЯ ЗАРЯДКА** | <https://youtu.be/GEiQIUxlZ-g> | Не предусмотрено |
| 9.30-10.00 | **ЗАВТРАК ПО-ДОМАШНЕМУ** |  |  |
| 10.15-10.45 | С помощью ЭОР | «Прокачать» мозг | Robo-квантум | <https://clck.ru/SfNnB> | Не предусмотрено |
| 11.00-11.30 | С помощью ЭОР | «Прокачать» тело | Ритмика дома | <https://yandex.by/video/preview/?text=Открытый%20урок%20по%20ритмике%2023.12.2016&path=wizard&parent-reqid=1609155070740751-1013780819879303865345724-production-app-host-vla-web-yp-117&wiz_type=vital&filmId=11872299526213199804> | Фотоотчет |
| 11.30-12.30 | **ОБЕД ПО-ДОМАШНЕМУ** |  |  |
| 12.30-13.30 | **ОЧЕНЬ ТИХИЙ ЧАС** |  |  |
| 14.00-14.30 | С помощью ЭОР | «Прокачать» себя  | Планка | <https://youtu.be/HHkIBiEeGLA> | Не предусмотрено |
| 15.0015.30 | С помощью ЭОР | «Прокачать» свое окружение | "Шахматные каникулы" | <https://clck.ru/SfPJC>  | Не предусмотрено |

**5-9 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Время** | **Способ** | **Название онлайн-смены** | **Тема занятия** | **Ресурс** | **Форма представления отчета** |
| 9.00-9.20 | С помощью ЭОР | **УТРЕННЯЯ ЗАРЯДКА** | <https://youtu.be/14si7b3hP3c> | Не предусмотрено |
| 9.30-10.00 | **ЗАВТРАК ПО-ДОМАШНЕМУ** |  |  |
| 10.15-10.45 | С помощью ЭОР | «Прокачать» мозг | Карманный ученый  | <https://pgbooks.ru/archive/researcher/> | Не предусмотрено |
| 11.00-11.30 | С помощью ЭОР | «Прокачать» тело | Упражнения в домашней обстановке | фитнес зарядка под музыку<https://yandex.by/yandsearch?text=Фитнес%20зарядка%20под%20музыку%20Упражнения%20стоя&clid=&lr=101373> аэробика для дома<https://yandex.by/video/preview/?text=видео+оздоровительная+аэробика+в+школе&path=wizard&parent-reqid=1609153422656329-1598287726636396968946673-production-app-host-vla-web-yp-217&wiz_type=vital&filmId=15449166476523434901&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D4GyKfkSReLo> фитнес для юношей <https://yandex.by/video/preview/?text=видео%20юноши%20спорт%20дома&path=wizard&parent-reqid=1609154298230188-580893410368223917346610-production-app-host-vla-web-yp-35&wiz_type=vital&filmId=6645399513401461314> | Фотоотчет |
| 11.30-12.30 | **ОБЕД ПО-ДОМАШНЕМУ** |  |  |
| 12.30-13.30 | **ОЧЕНЬ ТИХИЙ ЧАС** |  |  |
| 14.00-14.30 | С помощью ЭОР | «Прокачать» себя  | Виртуальные экскурсии.Необычные музеи.Интерактивный музей «Лунариум» | <https://youtu.be/XIvUblLsTbE><https://youtu.be/lagaQ3V2Qgk> | Не предусмотрено |
| 15.0015.30 | С помощью ЭОР | «Прокачать» свое окружение | МУЛЬТСЕРИАЛ "НАВИГАТУМ: КАЛЕЙДОСКОП ПРОФЕССИЙ"профориентационный сериал для школьников младших, средних и старших классов | <https://navigatum.ru/kp.html> | Не предусмотрено |

**10- 11 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Время** | **Способ** | **Название онлайн-смены** | **Тема занятия** | **Ресурс** | **Форма представления отчета** |
| 9.00-9.20 | С помощью ЭОР | **УТРЕННЯЯ ЗАРЯДКА** | <https://youtu.be/14si7b3hP3c> | Не предусмотрено |
| 9.30-10.00 | **ЗАВТРАК ПО-ДОМАШНЕМУ** |  |  |
| 10.15-10.45 | С помощью ЭОР | «Прокачать» мозг | Карманный ученый  | <https://pgbooks.ru/archive/researcher/> |  |
| 11.00-11.30 | С помощью ЭОР | «Прокачать» тело | Упражнения в домашней обстановке | фитнес зарядка под музыку<https://yandex.by/yandsearch?text=Фитнес%20зарядка%20под%20музыку%20Упражнения%20стоя&clid=&lr=101373> аэробика для дома<https://yandex.by/video/preview/?text=видео+оздоровительная+аэробика+в+школе&path=wizard&parent-reqid=1609153422656329-1598287726636396968946673-production-app-host-vla-web-yp-217&wiz_type=vital&filmId=15449166476523434901&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D4GyKfkSReLo> фитнес для юношей <https://yandex.by/video/preview/?text=видео%20юноши%20спорт%20дома&path=wizard&parent-reqid=1609154298230188-580893410368223917346610-production-app-host-vla-web-yp-35&wiz_type=vital&filmId=6645399513401461314> | Фотоотчет |
| 11.30-12.30 | **ОБЕД ПО-ДОМАШНЕМУ** |  |  |
| 12.30-13.30 | **ОЧЕНЬ ТИХИЙ ЧАС** |  |  |
| 14.00-14.30 | С помощью ЭОР | «Прокачать» себя  | Виртуальные экскурсии.Мемориал Победы.Бункер Сталина. | <https://youtu.be/lagaQ3V2Qgk><https://vk.com/video145023863_456239062> | Не предусмотрено |
| 15.0015.30 | С помощью ЭОР | «Прокачать» свое окружение | 37 умных лайфхаков для школы, о которых ты не знал. 37 незаменимых идей | <https://yandex.ru/efir?stream_id=41394d9cde4b665e8374b31979dc901d&from_block=player_share_button_yavideo><https://yandex.ru/efir?stream_id=4e026359a11c9d11bf033e95a2510e28&from_block=player_share_button_yavideo> | Не предусмотрено |