

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Дом детства и юношества»

План работы

С обучающимися объединения «Фитнес»
МБУДО «Дом детства и юношества»

Педагог: Буранова Ирина Игоревна

Дата занятия	Тема занятий	Задание
14.12	Ходьба. Основные преимущества ходьбы https://goodlooker.ru/trenirovka-dlya-nachinaushih.html	Повторить все упражнения
17.12	Ходьба. Основные преимущества ходьбы https://www.youtube.com/watch?v=jwPdZdPxNMc&ab_channel	Учить комплекс упражнений