

Расписание
лагеря физкультурно-спортивной направленности
«Олимпийские надежды»

Время	Мероприятие	Вид деятельности
9.00-9.30	Переключка в общем чате	Подготовка к зарядке (внешний вид, рабочее место, инвентарь)
9.30-10.00	Зарядка	Подключение к сети Интернет (просмотр видео и обсуждение)
10.00-10.10	Свободное время	Подготовка к тренировке (внешний вид, рабочее место, инвентарь)
10.10-10.50	Самостоятельная работа	Тренировка в соответствии с индивидуальным маршрутным листом для отряда
10.50-11.00	Дневник спортсмена	Внесение информации в дневник самоконтроля (заполнение)
11.00-11.20	Развивающий час	Подключение к сети Интернет (подборки образовательных, просветительских и развивающих материалов, онлайнтренажеров и др.), обсуждение
11.20-11.25	Интеллектуальная разминка	Подключение к сети Интернет и выполнение задания
11.25-12.20	Отрядное время	Акции, конкурсы и др.
12.20-12.50	Обед	
12.50-13.20	Развлекательный час	Подключение к сети Интернет (просмотр мультфильма)
13.20-13.30	Свободное время	Подготовка к тренировке (внешний вид, рабочее место, инвентарь)
13.30-14.20	Самостоятельная работа	Тренировка в соответствии с индивидуальным учебным планом для отряда
14.20-14.30	Дневник спортсмена	Внесение информации в дневник самоконтроля (заполнение)
14.30	Подведение итогов дня	

