**Приложение №4**

**к тематическому плану**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Упражнения | Время или количество повторений | **Приме-чания** | Дата | Тема теоретической подготовки | Тема ЭОР,просмотренного  обучающимся | **Приме-чания** |
|  | **ПРИМЕР** |  |  |  |  |  |  |
| 04.04  10.00-10.45 | Комплекс ОРУ с гантелями | 1 раз |  | 04.04  15.15-  16.15 | Инфекционные  заболевания  **(medznayka.ru)** | Техника владения мячом  **(bmsi.ru)** |  |
|  | Комплекс на гибкость №1 | 2 раза |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |