

## План тренировочных занятия на дистанционном обучении

Вид спорта: Волейбол

Тренер-преподаватель – Белоусова Н.С.

№ п/п	Предмет учебного плана/ Вид спорта	группа	Дни проведения занятий	Время проведения занятий	Используемые ресурсы для изучения материала	Используемые ресурсы для выполнения домашнего задания	Платформа для он-лайн уроков	Интернет-платформа тренера для консультаций		
1	Волейбол	НП	Понедельник Отдых	17:45-20:00		Разминка <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q">https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q</a> Отработка атакующего удара <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA">https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=dNWcP-NbzSM">https://www.youtube.com/watch?v=dNWcP-NbzSM</a>	What Sapp - конференция	What Sapp		
2			Среда	17:00-18:30		Разминка <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q">https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q</a> ОФП <a href="https://vk.com/bookmarks?from_menu=1&amp;z=video-111901438_456239138%2F869d7a2e5d8d33f7d6">https://vk.com/bookmarks?from_menu=1&amp;z=video-111901438_456239138%2F869d7a2e5d8d33f7d6</a> 2 серии			What Sapp - конференция	What Sapp
3			Пятница	17:00-18:30		Разминка <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q">https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q</a> Прыжок в длину <a href="https://www.youtube.com/watch?v=dNWcP-NbzSM">https://www.youtube.com/watch?v=dNWcP-NbzSM</a>				
1			Понедельник Отдых	17:45-20:00		Разминка <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q">https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q</a> Отработка атакующего удара <a href="https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA">https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA</a>				

2			Среда	17:00-18:30		Разминка <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q">https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q</a> ОФП <a href="https://vk.com/bookmarks?from_menu=1&amp;z=video-111901438_456239138%2F869d7a2e5d8d33f7d6">https://vk.com/bookmarks?from_menu=1&amp;z=video-111901438_456239138%2F869d7a2e5d8d33f7d6</a> 2 серии		
3			Пятница	17:00-18:30		Разминка <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q">https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q</a> Прыжок в длину <a href="https://www.youtube.com/watch?v=dNWcP-NbzSM">https://www.youtube.com/watch?v=dNWcP-NbzSM</a>		