

План учебно-тренировочной работы по волейболу группа НП-2.

Тренер-преподаватель – Несговорова Валентина Владимировна

№ 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-2	Вторник	18:00-20:00		Разминка https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q Отработка атакующего удара https://www.youtube.com/watch?v=zdRDG-sz2MA https://www.youtube.com/watch?v=dNWcP-NbzSM	Whatsap - конференция	Whatsap -
2			Четверг	18:00-20:00		Разминка https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q ОФП (2 серии): https://vk.com/bookmarks?z=video-111901438_456239138%2F869d7a2e5d8d33f7d6	Whatsap - конференция	Whatsap -
3			Суббота	13:00-15:00		Разминка https://www.youtube.com/watch?v=Nh98By0Lb_Q Прыжок в длину https://www.youtube.com/watch?v=dNWcP-NbzSM	Whatsap - конференция	Whatsap -