

План учебно-тренировочной работы по волейболу группа НП-1

Тренер-преподаватель – Хатыпова Маргарита Леонидовна

№ п/п	группа	Дата	Время проведения занятий	Название темы	Используемые ресурсы	Платформа для он-лайн уроков	Интернет-платформа тренера для консультаций
1	НП-1	04.02.2021	17:45-19:15	1. Разминка 2. Упражнения с мячом	https://www.youtube.com/watch?v=VLN_WHcjE2g&t=11s https://www.youtube.com/watch?v=GBmMf6CM1lw3	Watsap - конференция	Watsap
2		07.02.2021	17:45-19:15	1.Разминка 2.Технические приемы	https://www.youtube.com/watch?v=j2HxPAeETBM https://www.youtube.com/watch?v=G2KUYTAcVIk	Watsap - конференция	Watsap
3		09.02.2021	17:45-19:15	1.Разминка с мячами и без мячей 2.Индивидуальные упражнения с мячом	https://www.youtube.com/watch?v=cIUCfBYbUzg https://www.youtube.com/watch?v=FBEBbqi5rB0	Watsap - конференция	Watsap

4		11.02.2021	17:45-19:15	1. Упражнения для приема мяча 2. Верхняя и нижняя передача	https://www.youtube.com/watch?v=5V7FKMPjLFw https://www.youtube.com/watch?v=KQZKiZLqIt4	Watsap - конференция	Watsap
5		14.02.2021	17:45-19:15	1. Беговые упражнения 2. Упражнения с мячом в парах	https://www.youtube.com/watch?v=FPVQW7OdyE https://www.youtube.com/watch?v=r6VoR0jMrCY	Watsap - конференция	Watsap
6		16.02.2021	17:45-19:15	1. Отработка нижнего и верхнего приема 2. Упражнения с мячом	https://www.youtube.com/watch?v=DXDktfIUH1E https://www.youtube.com/watch?v=DXDktfIUH1E	Watsap - конференция	Watsap