**План учебно-тренировочных занятий для дистанционного обучения.**

Спортивная дисциплина :футбол

Группа :СОГ-(2002 год)

Тренер-преподаватель :Карпенко Ю.А.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Планируемая дата проведения | Фактическая дата проведения | Ссылка на занятие | Тема учебно-тренировочного занятия |
| 01.04 | 01.04 | <https://vk.com/shtormschool?z=video-85502904_456239677%2F6826b2026ea0434161%2Fpl_wall_-8550290> | ОФП. Укрепление мыщц пресса. |
| 03.04 | 03.04 | <https://vk.com/fdfrt?z=video-153430260_456239226%2F324e1632cabcc2d221%2Fpl_wall_-153430260> | Совершенствование технических навыков. Контроль мяча. |
| 05.04 | 05.04 | <https://vk.com/perfect_skiller?w=wall299406871_1633%2Fall> | Закрепление финта «уходом с ложным замахом на удар» |
| 08.04 | 08.04 | <https://vk.com/shtormschool?w=wall-85502904_23533> | ОФП. |
| 10.04 | 10.04 | <https://vk.com/perfect_skiller?z=video299406871_456239679%2Fb5854c55650a03958f%2Fpl_post_-77537663_3374> | Финт «остановкой мяча подошвой» |
| 12.04 | 12.04 | <https://vk.com/perfect_skills?w=wall-77537663_3364> | Закрепление финтов. |
| 15.04 | 15.04 | <https://vk.com/perfect_skills?z=video299406871_456239529%2Fce22729b347b01f93d%2Fpl_wall_-77537663> | Закрепление финта на скорости. |
| 17.04 | 17.04 | <https://vk.com/bloknotfootballcoach?w=wall-54136040_1270%2Fall> | ОФП. Развитие координации, чувств мяча. |
| 19.04 | 19.04 | <https://vk.com/shtormschool?z=video-85502904_456239671%2F55211da1908ca8c94a%2Fpl_wall_-85502904> | ОФП развитие силовых качеств. |
| 22.04 | 22.04 | <https://vk.com/fdfrt?w=wall-153430260_873> | Развитие координации |
| 24.04 | 24.04 | <https://vk.com/fdfrt?z=video-153430260_456239269%2F86cc22907bff8cdfcf%2Fpl_wall_-153430260> | Развитие силовых качеств футболиста |
| 26.04 | 26.04 | <https://vk.com/fdfrt?w=wall-153430260_836> | Развитие быстроты с контролем мяча |
| 29.04 | 29.04 | <https://vk.com/bloknotfootballcoach?z=video-54136040_456239687%2Fcdfe7d8988cf815f05%2Fpl_wall_-54136040> | ОФП. Развитие выносливости |