Отчет

о проделанной работе тренера-преподавателя Швецова Максимилиана Евгеньевича

МБУ ДО ДЮСШ № 6 г. Якутска.

Отделение: Баскетбол

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Группа** | **Количество**  **участников** | **Задание** | **Выполненная работа** | **Объем работы** | **Подпись** |
| 14.04.2020г. | БУС-2 (м\д) | 16 | Практика | Разминка | 18 мин |  |
| Управление мячом. Основы техники. | 30 мин |
| Практика | ОФП. отжимания от пола, приседания, бег на месте, прыжки в высоту. | 30 мин |
| Теория | Командная защита в современном баскетболе. | 12 минут |  |
| 16.04.2020г. | БУС-2 (м\д) | 10 | Практика | Разминка. | 20 мин |  |
| Отжимания от пола, приседания, бег на месте, прыжки в высоту. | 40 мин |
| Практика | СУ (специальные упражнения).  * Переводы мяча (имитация); * Корректировка техники выполнения переводов; * Повторение техники броска. | 30 мин |
| 18.04.2020г. | БУС-2 (м\д) | 14 | Практика | Разминка | 20 мин |  |
| Отжимания от пола, приседания, бег на месте, прыжки в высоту. | 30мин |
| Самостоятельная работа | История игры баскетбол.  Правила игры баскетбол. | 40 мин |
| 19.04.2020г. | БУС-2 (м\д) | 15 | Теория | История игры баскетбол. Правила игры баскетбол. Повторение, опрос. | 40 мин. |  |
| Самостоятельная работа | 1996 Chicago Bulls vs Seattle SuperSonics | 90 мин |