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

Спортивная дисциплина :футбол

Группа: СОГ-10(2005 год)

Тренер-преподаватель : Назаров А.Н.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Планируемая дата проведения | Фактическая дата проведения | Ссылка на занятие | Тема учебно-тренировочного занятия |
| 02.04 | 02.04 | <https://youtu.be/r-6p8ePat4k> | Совершенствование чувств мяча. Совершенствование технических навыков спортсмена. |
| 04.04 | 04.04 | <https://youtu.be/OUF1LiyeTNQ> | Совершенствование технических навыков спортсмена. Контроль мяча. |
| 07.04 | 07.04 | <https://youtu.be/Hw2oGksfFjY> | ОРУ в домашних условия, совершенствование чувства мяча, ведение в ограниченном пространстве. |
| 09.04 | 09.04 | <https://vk.com/footballcoaching?w=wall-37112441_22041> | ОРУ, Совершенствование быстроты . |
| 11.04 | 11.04 | <https://youtu.be/CXjcr_m4YLM> | Совершенствование выносливости в домащних условиях. |
| 14.04 | 14.04 | <https://youtu.be/ckez-7aqPmQ> | Совершенствование чувств мяча, контроля мяча. |
| 16.04 | 16.04 | <https://vk.com/footballcoaching?z=video-37112441_456241919%2F78de878e8aa710bfbb%2Fpl_wall_-37112441> | Ведение мяча разными способами. |
| 18.04 | 18.04 | <https://youtu.be/Rl8jVi_6zO8> | Совершенствование обманных движений. |
| 21.04 | 21.04 | <https://vk.com/video-90087857_456239145> | Развитие и совершенствование когнитивных способностей |
| 23.04 | 23.04 | <https://vk.com/fdfrt?w=wall-153430260_873> | Совершенствование координации |
| 25.04 | 25.04 | <https://vk.com/video152965842_456239071> | Развитие силовых качеств футболиста |
| 28.04 | 28.04 | <https://youtu.be/vg3x2RIZI10> | Развитие быстроты с контролем мяча |
| 30.04 | 30.04 | <https://youtu.be/-rJ_T5IwgdI> | Совершенствование технических навыков. Контроль мяча. |