

**План работы
тренера-преподавателя отделения футбол
Игнатенко Т.Н.**

на период с 20 по 25 апреля 2020 г.

Самостоятельная работа учащихся по индивидуальным
планам:

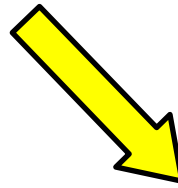
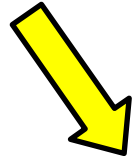
- самоподготовка (ОФП и СФП);
 - теоретическая подготовка;
 - просмотр спортивных фильмов в сети интернет,
обсуждение в группах социальных сетей.
2. Разработка методических пособий. (Методическая
разработка по теме: "Гимнастика с массажным мячиком
Су-джок".)
3. Мониторинг образовательного процесса:
- педагогическое наблюдение.

Индивидуальный план работы на 23.04. 20 г. для мальчиков

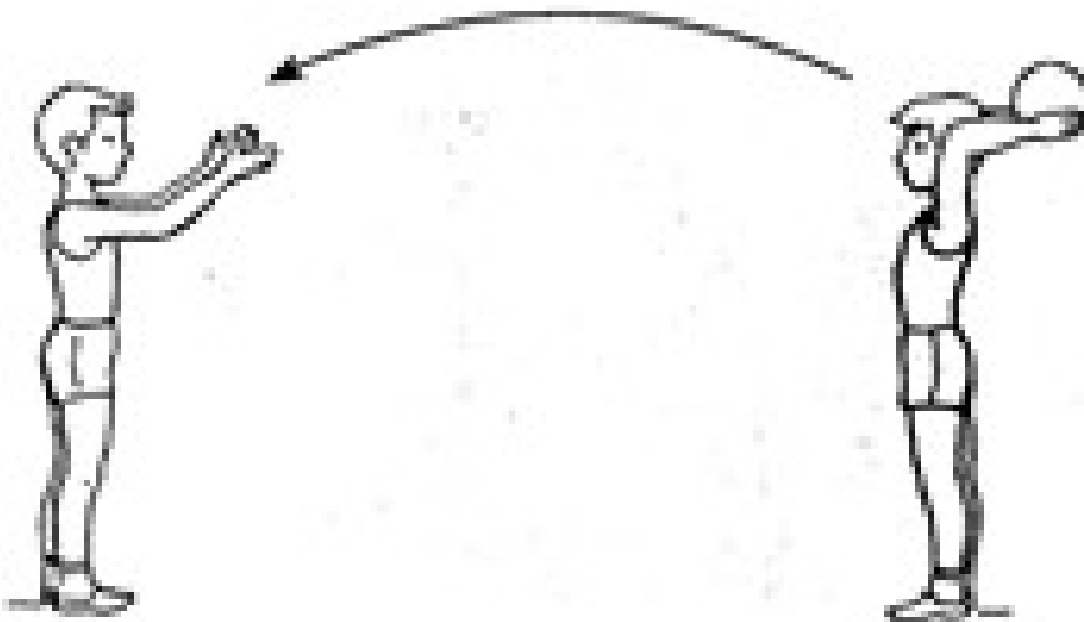
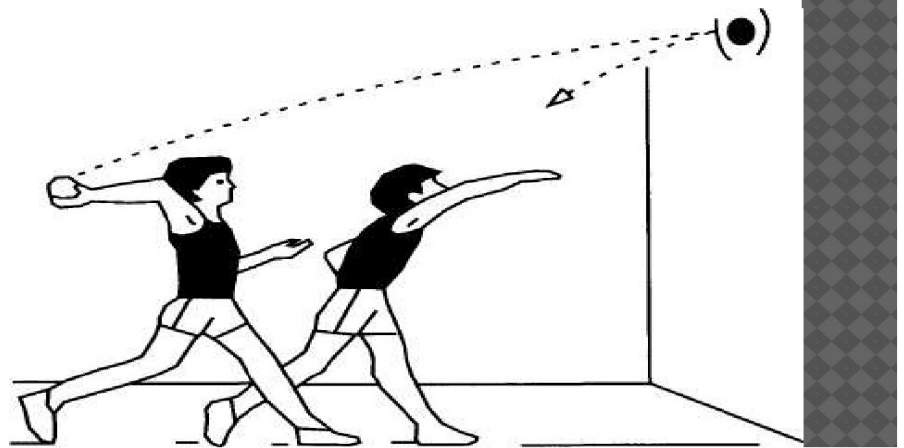


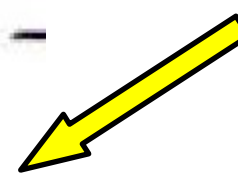
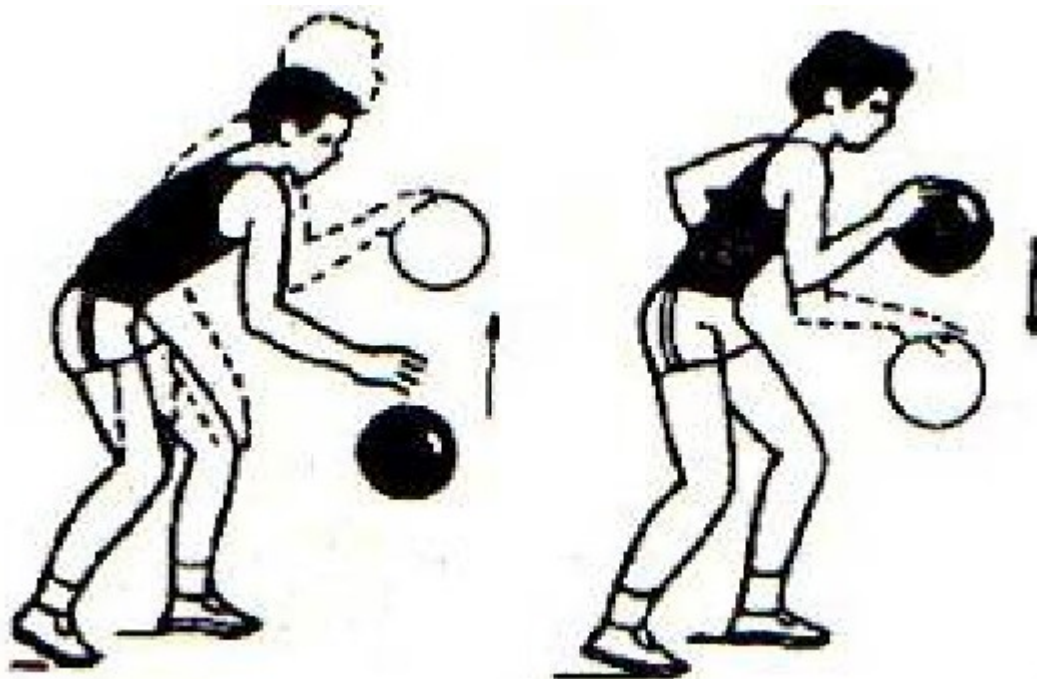




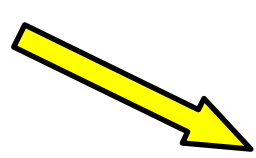
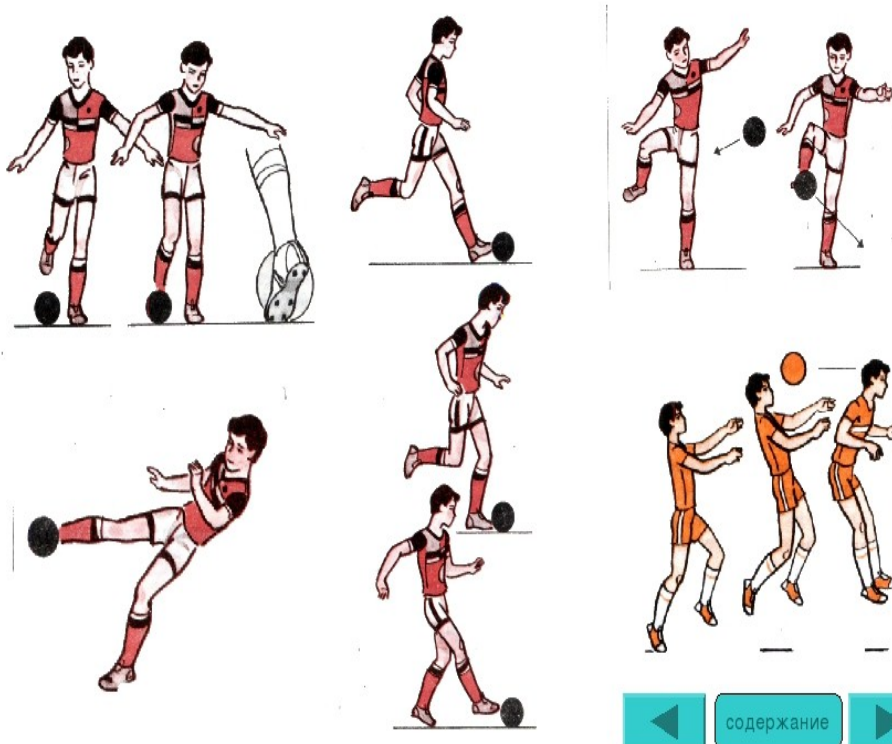


Выполняем упражнения, но метание мяча в стену, а затем в мишень с расстояния 3-5 м.





Удары по мячу



Остановка мяча, который катится

- Для остановки мяча подошвой необходимо ногу, немного согнутую, выставит к мячу, который катится навстречу так, чтобы мяч дотронулся до подошвы. Ступня в этот момент повернута носком вверх.
- Мягкость остановки мяча достигается отведением ноги немного назад в момент сближения мяча с подошвой.
- Вынос ноги вперед приведет к отскоку мяча от игрока.
- Туповице в момент остановки мяча должен быть немного наклонено вперед.

