**Отчет о проделанной работе**

**Тренер-преподаватель: Данилова Л.Р.**

**Отделение спортивной гимнастики МБУ ДО ДЮСШ 1**

**Онлайн и Офлайн занятия**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Группа** | **Количество участников** | **Задание** | **Выполненная работа** | **Объем работы** |
| 01.09.2020 | ГБУС-5 ГБУС-4ГБУС-3 | 7 6 17 | Разминка Партер  | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа 2 часа3 часа |
| 02.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 76 | Комплекс упражнений | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 03.09.2020 | ГБУС-5 ГБУС-4ГБУС-3 | 7 617 | Экзерсис у станка | Согласно плану | 2 часа 2 часа3 часа |
| 04.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 66  | Аллегро | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 05.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-3  | 6 15 | Махи Повороты | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа3 часа  |
| 07.09.2020 | ГБУС-5 ГБУС-4 | 66 | Экзерсис у станка | Согласно плану | 2 часа 2 часа |
| 08.09.2020 | ГБУС-5 ГБУС-4ГБУС-3 | 5515  | Комплекс упражнений | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа 2 часа3 часа |
| 09.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 65 | Аллегро | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 10.09.2020 | ГБУС-5 ГБУС-3 | 615 | Разминка Партер | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа 3 часа |
| 11.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 66 | Экзерсис на середине | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 12.09.2020 | ГБУС-3 | 12 | Удержания Махи | Согласно плану Офлайн-занятие | 3 часа  |
| 14.09.2020 | ГБУС-5 ГБУС-4 | 7 6 | Комплекс упражнений | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа 2 часа |
| 15.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4ГБУС-3 | 7613 | Аллегро | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа3 часа |
| 16.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 54 | Удержания МахиПовороты  | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 17.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-3 | 514 | Комплекс упражнений | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа3 часа |
| 18.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 64 | Экзерсис у станка | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 19.09.2020 | ГБУС-3 | 13 | Махи Повороты | Согласно плану Офлайн-занятие | 3 часа |
| 21.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 76 | Разминка Партер | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 22.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4ГБУС-3 | 7610 | Аллегро | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа3 часа |
| 23.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 76 | Комплекс упражнений | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 24.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-3 | 711 | Удержания Повороты | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа3 часа |
| 25.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 56 | Экзерсис на середине | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 26.09.2020 | ГБУС-3 | 11 | Аллегро | Согласно плану Офлайн-занятие | 3 часа |
| 28.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 56 | Экзерсис у станка | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |
| 29.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4ГБУС-3 | 6615 | Разминка Партер | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа3 часа |
| 30.09.2020 | ГБУС-5ГБУС-4 | 66 | Аллегро | Согласно плану Онлайн-занятие | 2 часа2 часа |