**Отчёт**

**О проделанной работе тренера–преподавателя по северному многоборью**

**Чоросова Айаана Сергеевича**

**в период с 01.10 по 30.10.2020г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Группа** | **Кол-во участников** | **Задание** | **Выполненная работа** | **Объем работы** | **Форма выполненная задания** | **подпись** |
| 01.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  5 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)ОФП  5)Якутские игры  6)Растяжка,заминка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |
| 05.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Берпи  5)Планка  6)Заминка,растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 06.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  3 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)ОФП  4)Заминка,Растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 08.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  6 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Игра  5)Заминка,растяжка. | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 09.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  5 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)ОФП  5)Якутские игры  6)Растяжка,заминка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |
| 12.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 2  5 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Берпи  5)Планка  6)Заминка,растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 13.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 2  3 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)ОФП  4)Заминка,Растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 15.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 5  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Игра  5)Заминка,растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 16.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  5 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)ОФП  5)Якутские игры  6)Растяжка,заминка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |
| 19.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  3 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Берпи  5)Планка  6)Заминка,растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 20.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  2 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)ОФП  4)Заминка,Растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 22.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  2 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Игра  5)Заминка,растяжка. | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 23.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  5 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)ОФП  5)Якутские игры  6)Растяжка,заминка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |
| 24.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  3 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Берпи  5)Планка  6)Заминка,растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 26.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  2 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)ОФП  4)Заминка,Растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 27.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 2  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Игра  5)Заминка,растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 29.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)ОФП  5)Якутские игры  6)Растяжка,заминка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |
| 30.10.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 5  2 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Берпи  5)Планка  6)Заминка,растяжка | Согласно по плану | 2  2 | Офлайн |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |