Отчет

О проделанной работе тренера преподавателя по спортивной гимнастике Лысак Ольги Сергеевны

в период с 01 по 30 ноября 2020 г.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Группа | Количество участников | Задания | Выполненная работа | Объем работы | Форма выполнения задания |
| 01.11 | БУС-2 | 10 | Разминка, ОФП,  СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
| 02.11 | БУС-2 | 8 | Разминка, ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 8 | Разминка ОФП, СФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 9 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 03.11 | БУС-3 | 8 | Разминка  ОФП, СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП  СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
| 04.11 | БУС-2 | 10 | Разминка, ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 8 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 6 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 06.11 | БУС-2 | 10 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП, СФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 08.11 | БУС-2 | 9 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
| 09.11 | БУС-2 | 8 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 6 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 6 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 10.11. | БУС-3 | 5 | Разминка  ОФП СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
|  | БУС-3 | 6 | Разминка ОФП  СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
| 11.11. | БУС-2 | 10 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 8 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 13.11 | БУС-2 | 7 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 6 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 15.11 | БУС-2 | 4 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
| 16.11. | БУС-2 | 9 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 17.11 | БУС-3 | 7 | Разминка  ОФП СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП  СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
| 18.11 | БУС-2 | 10 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП, СФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 20.11 | БУС-2 | 8 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 6 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 22.11 | БУС-2 | 8 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
| 23.11 | БУС-2 | 5 | Разминка, ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 5 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 24.11 | БУС-3 | 4 | Разминка  ОФП СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
|  | БУС-3 | 6 | Разминка ОФП  СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
| 25.11 | БУС-2 | 10 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 6 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 27.11. | БУС-2 | 9 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 8 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
| 29.11 | БУС-2 | 5 | ОФП,  СФП | По плану-заданию | 3 | дистанционно |
| 30.11 | БУС-2 | 10 | Разминка, ОФП,  СФП | По плану-заданию | 2 | онлайн |
|  | БУС-3 | 8 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |
|  | БУС-3 | 7 | Разминка ОФП | По плану-заданию | 3 | онлайн |