**Отчёт**

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

**Чоросова Айаана Сергеевича**

**в период с 02.11 по 30.11.2020г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Группа** | **Кол-во участников** | **Задание** | **Выполненная работа** | **Объем работы** | **Форма выполненная задания** | **подпись** |
| 02.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  5 | 1.Разминка  2.СБУ  3.СПУ  4.Берпи  5.планка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |
| 03.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 5  3 | 1.Разминка  2.СБУ  3.ОФП | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 05.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 5  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)ОФП  5)Якутские игры  6)Растяжка,заминка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 06.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Игра | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 09.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 5  4 | 1.Разминка  2.СБУ  3.СПУ  4.Берпи  5.планка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |
| 10.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  4 | 1.Разминка  2.СБУ  3.ОФП | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 12.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)ОФП  5)Якутские игры  6)Растяжка,заминка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 13.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Игра  5)Заминка,растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 16.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 5  3 | 1.Разминка  2.СБУ  3.СПУ  4.Берпи  5.Планка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |
| 17.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  4 | 1.Разминка  2.СБУ  3.ОФП | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 19.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 5  5 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)ОФП  5)Якутские игры  6)Растяжка,заминка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 20.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Игра  5)Заминка,растяжка. | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 23.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 5  5 | 1.Разминка  2.СБУ  3.СПУ  4.Берпи  5.Планка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |
| 24.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  5 | 1.Разминка  2.СБУ  3.ОФП | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 26.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 5  4 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)ОФП  5)Якутские игры  6)Растяжка,заминка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 27.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 4  5 | 1)Бег на месте  2)СБУ  3)СПУ  4)Игра  5)Заминка,растяжка | Согласно плану | 2  2 | Офлайн |  |
| 30.11.20 | ГБУС-2  ГБУС-2 | 3  5 | 1.Разминка  2.СБУ  3.СПУ  4.Берпи  5.Планка | Согласно плану | 3  3 | Офлайн |  |