Приложение 2

к Инструктивному письму

форма 1

Отчет

о проделанной работе тренера – преподавателя Гуляева Сергея Васильевича

МБУ ДО ДЮСШ№-1 г.Якутска в период с 02.02.2021 по 27.02.2021г.

Отделения легкой атлетики. **Группа БУС – 2 (1)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Кол. Уч. | Задание | Выполненная работа | Объем работы | Форма выполнения задания | Подпись |
| 02 | 12 | ОРУ ОФП-1 гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 03 | 12 | ОРУ ОУУ-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 05 | 14 | ОРУ Кр.Тр.-1 гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 06 | 14 | ОРУ СПС гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 09 | 12 | ОРУ ОФП-2 гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 10 | 11 | ОРУ ОУУ гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 12 | 13 | ОРУ Кр.Тр.-2 гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 13 | 10 | ОРУ СПС гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 16 | 10 | ОРУ ОФП-1 гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 17 | 11 | ОРУ ОУУ-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 19 | 11 | ОРУ Кр.Тр.-1 гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 20 | 10 | ОРУ СПС гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 23 | 10 | ОРУ ОФП-2 гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 24 | 8 | ОРУ ОУУ гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 26 | 9 | ОРУ Кр.Тр.-2 гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
| 27 | 8 | ОРУ СПС гибкость | По плану – задания | 2 часа | Офлайн |  |
|  |  |  |  | 36 ч. |  |  |

Отчет

о проделанной работе тренера – преподавателя Гуляева Сергея Васильевича

МБУ ДО ДЮСШ№-1 г.Якутска в период с 01.02.2021г. по 26.02.2021г.

Отделения легкой атлетики. **Группа БУС – 2 (2)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Кол. Уч. | Задание | Выполненная работа | Объем работы | Форма выполнения задания | Подпись |
| 01 | 8 | ОРУ ОФП-1 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 03 | 9 | ОРУ ОПУ ОУУ-2 | По плану – задания | 3часа | Офлайн |  |
| 05 | 10 | ОРУ Кр.Тр.-1 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 08 | 13 | ОРУ ОФП-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 10 | 11 | ОРУ ОПУ ОУУ гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 12 | 12 | ОРУ Кр.Тр.-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 15 | 11 | ОРУ ОФП-1 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 17 | 10 | ОРУ ОПУ ОУУ-2 | По плану – задания | 3часа | Офлайн |  |
| 19 | 9 | ОРУ Кр.Тр.-1 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 22 | 8 | ОРУ ОФП-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 24 | 10 | ОРУ ОПУ ОУУ гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 26 | 6 | ОРУ Кр.Тр.-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
|  |  |  |  | 36 ч. |  |  |

Отчет

о проделанной работе тренера – преподавателя Гуляева Сергея Васильевича

МБУ ДО ДЮСШ№-1 г.Якутска в период с 02.02.2021г. по 27.02.2021г.

Отделения легкой атлетики. **Группа БУС – 2 (3)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | Кол. Уч. | Задание | Выполненная работа | Объем работы | Форма выполнения задания | Подпись |
| 02 | 10 | ОРУ ОФП-1 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 04 | 11 | ОРУ ОПУ ОУУ-2 | По плану – задания | 3часа | Офлайн |  |
| 06 | 6 | ОРУ Кр.Тр.-1 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 09 | 9 | ОРУ ОФП-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 11 | 8 | ОРУ ОПУ ОУУ гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 13 | 8 | ОРУ Кр.Тр.-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 16 | 10 | ОРУ ОФП-1 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 18 | 13 | ОРУ ОПУ ОУУ-2 | По плану – задания | 3часа | Офлайн |  |
| 20 | 10 | ОРУ Кр.Тр.-1 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 23 | 12 | ОРУ ОФП-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 25 | 9 | ОРУ ОПУ ОУУ гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
| 27 | 8 | ОРУ Кр.Тр.-2 гибкость | По плану – задания | 3 часа | Офлайн |  |
|  |  |  |  | 36 ч. |  |  |