

План-конспект  
учебно-тренировочного занятия на период дистанционного обучения

Вид спорта: Настольный теннис

Группа: СОЭ

Тренер-преподаватель: Саркисян Э.М.

Обратная связь с тренером-преподавателем: Сотовая связь по WhatsApp

Дата	Содержание занятия	Методические рекомендации
14.04	<p>Обучение передачи теннисного мяча в парах. Отработка навыков передачи мяча.</p> <p>1.Ведение теннисного мяча в вертикальном направлении в воздухе.</p> <p>(3 подхода по 30 ударов)</p> <p>Ракетку держать в горизонтальном положении, не допускать падение мяча на пол.</p> <p>2.Отработка ударов и ловля мяча в воздухе(3 подхода по 30 ударов)</p> <p>Ракетку держать под углом к стене, не допускать падение мяча на пол.</p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при подаче и ловле теннисного шара.</p> <p>Где и когда зародились Олимпийские игры?</p>
17.04	<p>Обучение технике подачи мяча в парах. Отработка навыков приёма мяча.</p> <p>1.Ведение теннисного мяча в вертикальном направлении в воздухе.</p> <p>(3 подхода по 50 ударов)</p> <p>Ракетку держать в горизонтальном положении, не допускать падение мяча на пол.</p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при подаче и ловле теннисного шара.</p> <p>Что относят к олимпийской символике?</p>

	<p>2.Отработка ударов и ловля мяча в воздухе(3 подхода по 50 ударов)</p>	
--	--	--

Ракетку держать под углом к стене, не допускать падение мяча на пол.