

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
26.05	<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>В каком году настольный теннис стал Олимпийским видом спорта?</p>
	<p>Обучение технике подачи мяча в</p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при подаче и ловле</p>

29.05	<p>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>2.Отработка ударов и ловля мяча в воздухе(3 подхода по 50 ударов)</p> <p>Ракетку держать под углом к стене, не допускать падение мяча на пол.</p>	<p>теннисного шара.</p> <p>До сколько очков играют одну партию игроки в настольном теннисе?</p>
-------	---	---