

План-конспект  
учебно-тренировочного занятия на период дистанционного обучения

Вид спорта: Настольный теннис

Группа: СО

Тренер-преподаватель: Саркисян Э. М.

Обратная связь с тренером-преподавателем: Сотовая связь по WhatsApp

Дата	Содержание занятия	Методические рекомендации
28.04	<p>Обучение передачи теннисного мяча в парах. Отработка навыков передачи мяча.</p> <p>1. Ведение теннисного мяча в вертикальном направлении в воздухе. (3 подхода по 30 ударов) Ракетку держать в горизонтальном положении, не допускать падение мяча на пол. Отработка в паре.</p> <p>2. Отработка ударов и ловля мяча в воздухе (3 подхода по 30 ударов) Ракетку держать под углом к стене, не допускать падение мяча на пол. Отработка в паре.</p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при подаче и ловле теннисного мяча.</p> <p>Назовите первую олимпийскую чемпионку-представительницу нашей страны.</p>