**План работы во время карантина по баскетболу**

**отделение п.Горноправдинск**

1. Разработать и разослать в электронном варианте комплекс общеразвивающих упражнений для занятий в домашних условиях;
2. Провести разъяснения (по необходимости) о выполнении упражнений;
3. Видео урок на тему «История баскетбола»;
4. Видео урок на тему «Как тренировать бросок даже без кольца!»;
5. Разослать в воспитательных целях фильмы про баскетбол («Движение вверх», «Игра по чужим правилам», «Тренер Картер», «Рывок», «Белые люди не умеют прыгать» и т.п.);
6. Разослать комплекс упражнений для утренней зарядки;
7. Видео урок на тему «Как увеличить прыжок в домашних условиях»;
8. Работа с родителями (проведение бесед по соблюдению детьми режима самоизоляции и по контролю выполнения детьми тренировок в домашних условиях);
9. Видео урок на тему «Тренировка дриблинга дома»;
10. Дистанционное обучение на тренера по физической культуре и спорту.
11. Работа с документацией.

Тренер-преподаватель: Иванов Д.П.