**Шаблон конспекта урока/учебно-тренировочного занятия**

Ф.И.О. участника \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Избранный вид спорта (для учебно-тренировочного занятия):

Цель:

Задачи:

1.

2.

Инвентарь и оборудование:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание упражнений с указанием названия и исходного положения | Оборудование | Дозировка  (объем и интенсивность) | Организационно-методические указания | Корректировка содержания /дозировки |
| 1. Построение занимающихся. |  |  |  |  |
| 2. Средства решения поставленной задачи (последовательность упражнений): |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Требования к оформлению шаблона**

- шрифт- Times New Roman;

- размер шрифта – 12;

- межстрочный интервал – 1,0;

- выравнивание – по ширине;

- отсутствие переносов и отступов