

ПРОГРАММА

Краевой семинар тренеров по спортивному ориентированию.
«Организация тренировочного процесса в зимний период».
(группы начальной подготовки 1-2 г.г. обучения)

21.11.2020 СБ

до 11.30	Заезд размещение.	Реморенко Н.А
11.30	Открытие семинара.	Корягин А.Н. Мещеряков А.А
12.00- 12.45	Основы планирования и методы реализации учебно-тренировочного процесса в зимний период.	Докладчики Корягин А.Н. Близнюк О.В. Михайлова Г.А.
13.00-14.00	Обед	
14.00-15.00	Основные направления технической подготовки.	Мещеряков А.А. Юрченко М.О.
15.00-15.15	Перерыв	
15.15-17.15	Секция 1 Примеры использования различных упражнений при проведении занятий в закрытых помещениях.	Зельч А.М.
15.15-17.15	Секция 2 Анализ процессов и результатов прошедшего сезона «выработка» рекомендаций по подготовке к сезону 2021 г.	Мещеряков А.А. Юрченко М.О. Воробьева Т.В. Близнюк О.В.
17.15-17.30	Перерыв	
17.30-18.45	Актуальные вопросы. Определение целей и средств подготовки Приморских ориентировщиков на период 2021-2022 г.	Эксперты Маслов А.Н. Попов В.Н. Козьявин В.Н. Нурмухаметов П.Н. Корягин А.Н.
19.00-20.00	Ужин	
20.00-21.00	«Круглый стол» (ответы на вопросы).	Ведущий Мещеряков А.А.
21.00-22,00	Фуршет, общение	Реморенко Н.А

22.11.2020 ВС.

08.30-09.00

Завтрак

09.30-10.30

Основы специальной
физической подготовки в
зимний период.

Докладчик
Конюхов А.А.

10.45- 12.45

Занятия на местности.
Примеры использования
различных упражнений при
занятиях на местности
(без карты, с картой).

Зельч А.М.

13.00

Подведение итогов.
Закрытие работы семинара.

Мещеряков А.А.
Корягин А.Н.

13.45-14.00

Обед, отъезд.

Реморенко Н.А.