



## Как вести дневник спортсмена?

Дорогие ребята с 12 мая, начинаем вести дневник спортсмена (ВДС). Я на каждый день занятия, буду высылать конспект занятий. В начале конспекта указаны группы с фамилиями обучающихся, далее упражнения и дозировка. От детей требуется ведение спортивного дневника спортсмена (ВДС – ведение дневника спортсмена) по установленной форме. Фотографии дневника присылаем в конце каждого занятия. Дневник будет служить отчетом о посещении тренировки, они будут сдаваться администрации центра. Время занятий любое удобное для вас, день по расписанию, первая тренировка по дневнику спортсмена 13 мая.