

Расписание занятий «Волейбол»

Педагог: Долгих Юлия Александровна, 2 раза в неделю 2 группы по 3,5 часа

Дата	Группа	Время	Тема занятия	Вид деятельности	Ресурс	Домашнее задание
12.10.2021	1	17.30-18.10	Значение тактической подготовки в волейболе.	Работа с педагогом	Группа в Вайбер 9379918679, электронная почта yuliya.dolgi@list.ru Перейти по ссылке, посмотреть видеоурок https://www.youtube.com/watch?v=ObZZE8mG3EA	Практическая работа Выполнить самостоятельно упражнения. Примерные упражнения для выполнения задания: https://www.youtube.com/watch?v=7zxv_YLb50c https://www.youtube.com/watch?v=hcjpY7UWOJs
		18.20-19.00	Тактика передач. Тактика приёмов мяча	Самостоятельная работа	Примерные упражнения для выполнения задания https://www.youtube.com/watch?v=noKXyEXjKC	
	2	19.10-19.50	Значение тактической подготовки в волейболе.	Работа с педагогом	Группа в Вайбер 9379918679, электронная почта yuliya.dolgi@list.ru Перейти по ссылке, посмотреть видеоурок https://www.youtube.com/watch?v=ObZZE8mG3EA	
		20.00-20.40	Тактика передач. Тактика приёмов мяча	Самостоятельная работа	Примерные упражнения для выполнения задания https://www.youtube.com/watch?v=C1KuuAODiYc	
14.10.2021	1	17.30-18.10	Прыжки в длину с места. Тренировочные упражнения	Работа с педагогом	Группа в Вайбер 9379918679, электронная почта yuliya.dolgi@list.ru Перейти по ссылке, посмотреть урок: https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/start/77549/	
		18.20-18.40	Приём мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд.	Самостоятельная работа	Примерные упражнения для выполнения задания https://www.youtube.com/watch?v=cmvJ8BTLGmQ https://www.youtube.com/watch?v=hhmU_7lIZqw	
	2	18.50-19.30	Прыжки в длину с места. Тренировочные упражнения	Работа с педагогом	Группа в Вайбер 9379918679, электронная почта yuliya.dolgi@list.ru Перейти по ссылке, посмотреть урок https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/start/77549/	
		19.40-20.00	Приём мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд.	Самостоятельная работа	Примерные упражнения для выполнения задания https://www.youtube.com/watch?v=cmvJ8BTLGmQ https://www.youtube.com/watch?v=hhmU_7lIZqw	

Расписание занятий детского объединения «Волейбол»

2 раз в неделю 1 группа

Понедельник 17.00-17.40/ 17.50-18.30

среда 17.00-17.30/17.40-18.10

Педагог: Лисицын П.В.

Дата	Группа	Время	Тема занятия	Вид деятельности	Ресурс	Домашнее задание
06.10	1	17.00-17.30	ОФП и СФП. Основные, стойки, перемещения.	Работа с педагогом	Примерные упражнения для выполнения задания. Ссылка: https://www.youtube.com/watch?v=oqPVbYiU11M	Не предусмотрено
		17.40 - 18.10		Самостоятельная работа		

11.10	1	17.00-17.30	ОФП и СФП. Основные, стойки, перемещения.	Работа с педагогом	Примерные упражнения для выполнения задания. Ссылка: https://www.youtube.com/watch?v=oqPVbYiU11M	Не предусмотрено
		17.40 - 18.10		Самостоятельная работа		
13.10.	1	17.00-17.30	Техника второй передачи	Работа с педагогом	Примерные упражнения для выполнения задания. Ссылка: Выполнить упражнения для укрепления пальцев и кистей https://clck.ru/MqftS Повторить технику второй передачи мяча https://www.youtube.com/watch?v=fr3uKu3_d5w	
		17.40-18.10		Самостоятельная работа		