|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Тема** | **Задание** |
| 12.02.2022г. | Занятие 3.9 Верхняя прямая подача. Прием передача двумя руками сверху. Учебная игра. Нападающий удар, блокировка. Индивидуальные действия в центре площадки. | Дыхательная гимнастика. Учебник физическая культура, прочитать стр. 79-80. |
| 12.02.2022г. | Занятие 3.10 Контрольное выполнение нападающего удара. | Отжимание, прыжки на месте. ОРУ. |
| 19.02.2022г. | Занятие 3.11 Передача мяча в движении. Ведение мяча | Дыхательная гимнастика. Учебник физическая культура, прочитать стр. 55-56. |
| 19.02.2022г. | Занятие 3.12 Передачи мяча в движении. Ведение мяча с разной скоростью. | Отжимание, прыжки на месте. ОРУ. |

**I курс**