Дата: 15. 4.20 2020

 Группа: СВ-19

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Общеразвивающие упражнения.

Кувырок вперёд.

Форма занятий: Практическая.

Содержание занятий:

1.Показать жесты судей при игре в волейбол:

А) Двойной приём. Б) Касание сетки. В) Подача.

Задание для обучающихся:

1.Выполнить комплекс О.Р.У.- 5 упражнений.

2.И.П. О.С. На раз присесть руки упор о пол на уровне стоп

3.Кувырок вперёд.

4.Встать в И. П.

Форма отчета: Фото. 17 04 2020. romanovvik2016@andex.ry

 Задание для обучающихся с применением дистанционных

 Образовательных технологий и электронного обучения.

Дата: 20.4.20.

Группа: СВ-19 первый курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Стойка волейболиста, передвижение в право, лево.

 Приём с низу двумя руками, в право, лево.(имитация )

Форма занятия: Практическая

Содержание занятия: Показать жест судьи при игре в баскетбол. 1- двойное ведение.

2- замена. 3-Толчек.

Задание для обучающихся:

1.Выполнить 5- общеразвивающих упражнений с любым предметом ( стул, мяч.)2.выполнить стойку волейболиста с передвижением в право ,лево 4р.3.имитация приёмов с низу двумя руками 6 раз. Форма отчета: Фото.Видио.rjmanovvik2016@yandex.ru 89655318995.

.