Задание для обучающихся с применением дистанционных

 Образовательных технологий и электронного обучения.

Дата: 30.10.20г.

Группа: Б-18. третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятий:1. Стойка волейболиста. 2.Передвижение в стойке.

Форма занятий: Практическая.

Содержание занятия: Показать жесты судей: 1-замена.2-двойной приём.3-аут.

Задание для обучающихся: 1. Выполнить стойку волейболиста. 2. Выполнить передвижение в стойке: В перёд , в право, лево, назад.

3. Знать виды стойки волейболиста ( три вида)

Форма отчёта: Видео.romanovvikk2016@yandex.ru 8 965 531 89 95. 8 950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением

 Дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Дата:20.

Группа: 18. Третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Стойка баскетболиста, передвижение в стойке в право влево.

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия:1.Выполнить общеразвивающие упражнения с предметами (мяч, стул.) 5-упр.

Задание для обучающихся: Принять стойку баскетболиста 4р. Передвижение в стойке в право, лево 6 раз. Форма отчета: Фото. Видео. romanovvik2016@yandex.ru 8 965 531 89 95

 Задание для обучающихся с применением дистанционных

 Образовательных технологий и электронного обучения.

Дата:.20.

Группа: Б-18-второй курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Верхняя передач мяча в прыжке при игре в волейбол.( имитация)

Форма занятия: практическая.

Содержание занятия: Выполнить 10 прыжковых упражнений ( присесть ,выпрыгнуть в верх, руки в верх прямые)

Задание для обучающихся: 1. В стойке волейболиста выпрыгнуть в верх и выполнить верхнею передачу ( имитация передачи).10-15 раз. Внимание на технику выполнения.

Форма отчета: Фото.Видео.romanovvik2016@yandex.ru 8 965 531 89 85. 8 950 558 52 58.

 Задание для обучающихся с применением дистанционных образовательных

 Технологий и электронного обучения.

Дата: 21.10.20.

Группа: Б-18 третий курс.

Учебная дисциплина: Физическая культура.

Тема занятия: Техника безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Высокий старт. Стартовые команды.

Форма занятия: Практическая.

Содержание занятия: Выполнить бег на месте с высоким подниманием бедра

3 раза по 30 сек. С перерывом 30 сек.

Задание для обучающихся: 1. Выполнить стартовые команды при высоком старте. ( знать отличие команд низкого и высокого старта )

 2. Выполнить 5 выбеганий с высокого старта. ( назвал команду, выполнил)

Форма отчета: Фото. Видео. Romanovvik2016@yandex.ru 8 965 531 89 95. 8 950 558 52 58.