

### 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
19.10.2021	1	17.30-18.00	Прыжки в длину с места. Тренировочные упражнения	Работа с педагогом	Группа в Вайбер 9379918679, электронная почта <a href="mailto:yuliya.dolgi@list.ru">yuliya.dolgi@list.ru</a> Перейти по ссылке, посмотреть урок <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/start/77549/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/start/77549/</a>	Практическая работа Выполнить самостоятельно упражнения. Примерные упражнения для выполнения задания: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=hcjpy7UWOJs">https://www.youtube.com/watch?v=hcjpy7UWOJs</a>
		18.10-18.40	Приём мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд.	Самостоятельная работа	Примерные упражнения для выполнения задания <a href="https://www.youtube.com/watch?v=cmvJ8BTLGmQ">https://www.youtube.com/watch?v=cmvJ8BTLGmQ</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=hhmU_7lIZqw">https://www.youtube.com/watch?v=hhmU_7lIZqw</a>	
	2	18.50-19.20.	Прыжки в длину с места. Тренировочные упражнения	Работа с педагогом	Группа в Вайбер 9379918679, электронная почта <a href="mailto:yuliya.dolgi@list.ru">yuliya.dolgi@list.ru</a> Перейти по ссылке, посмотреть урок: <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/start/77549/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/start/77549/</a>	
		19.30-20.00	Приём мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд.	Самостоятельная работа	Примерные упражнения для выполнения задания <a href="https://www.youtube.com/watch?v=cmvJ8BTLGmQ">https://www.youtube.com/watch?v=cmvJ8BTLGmQ</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=hhmU_7lIZqw">https://www.youtube.com/watch?v=hhmU_7lIZqw</a>	
21.10.2021	1	17.30-18.00	Прыжки через препятствия на и на точность приземления. Прыжки в длину с разбега. Прыжки в высоту с разбега.	Работа с педагогом	Группа в Вайбер 9379918679, электронная почта <a href="mailto:yuliya.dolgi@list.ru">yuliya.dolgi@list.ru</a> Перейти по ссылке, посмотреть видеоурок <a href="https://youtu.be/GLL_tASxGIM">https://youtu.be/GLL_tASxGIM</a>	Практическая работа Выполнить самостоятельно упражнения. Примерные упражнения для выполнения задания: <a href="https://yandex.ru/video/preview/11623525817022586090">https://yandex.ru/video/preview/11623525817022586090</a> <a href="https://yandex.ru/video/preview/783755242376744213">https://yandex.ru/video/preview/783755242376744213</a>
		18.10-18.25	Подвижные игры с мячом («Пионербол»)	Самостоятельная работа	Примерные упражнения для выполнения задания <a href="https://yandex.ru/video/preview/11623525817022586090">https://yandex.ru/video/preview/11623525817022586090</a>	
	2	18.30-19.00	Прыжки через препятствия на и на точность приземления. Прыжки в длину с разбега. Прыжки в высоту с разбега.	Работа с педагогом	Группа в Вайбер 9379918679, электронная почта <a href="mailto:yuliya.dolgi@list.ru">yuliya.dolgi@list.ru</a> Перейти по ссылке, посмотреть видеоурок <a href="https://youtu.be/GLL_tASxGIM">https://youtu.be/GLL_tASxGIM</a>	
		19.10-19.25	Подвижные игры с мячом («Пионербол»)	Самостоятельная работа	Примерные упражнения для выполнения задания <a href="https://yandex.ru/video/preview/11623525817022586090">https://yandex.ru/video/preview/11623525817022586090</a> <a href="https://yandex.ru/video/preview/783755242376744213">https://yandex.ru/video/preview/783755242376744213</a>	