22.04.2020

Физическая культура 3НХТ

Тема урока: «Закрепление техники жонглирования мяча на ладонной и тыльной стороне кисти. Освоение техники приема и передачи в\мяча.»

Выполнить задание: «Волейбол. Блокирование мяча: методика обучения.» (<https://youtu.be/N_P_hqIYJG4>)

Домашнее задание (на 29.04): «Волейбол. Защита «углом вперед» – техника выполнения» (https://resh.edu.ru/subject/lesson/3735/main/197221/)

22.04.2020

Физическая культура 3НХТ

Тема урока: «Закрепление техники жонглирования мяча на ладонной и тыльной стороне кисти. Освоение техники приема и передачи в\мяча.»

Выполнить задание: «Техника приёма мяча в волейболе» (<https://youtu.be/2f88e6kq_c0>)

Домашнее задание (на 29.04): «Волейбол. Защита «углом вперед» – техника выполнения» (https://resh.edu.ru/subject/lesson/3735/main/197221/)