28.04.2020

Физическая культура 1НХТ

Тема урока: «Закрепление техники подач. Провести учет (силовая подготовка) КУ отжимания. Ознакомление с блокированием и атакующим ударом.»

Выполнить задание: «Тест Л.А.» (Тест отправлен на почту группы)

(Ответы отправить на почту Popov4586@mail.ru)

Домашнее задание: «Волейбол. Нападающий удар. Типичные ошибки» (<https://youtu.be/F9Z3D96gkcE>)

28.04.2020

Физическая культура 1НХТ

Тема урока: «Закрепление техники подач. Провести учет (силовая подготовка) КУ отжимания. Ознакомление с блокированием и атакующим ударом.»

Выполнить задание: «Тест Л.А.» (Тест отправлен на почту группы)

(Ответы отправить на почту Popov4586@mail.ru)

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