

План-конспект
учебно-тренировочного занятия на период дистанционного обучения

Вид спорта: Волейбол

Группа: СОЭ

Тренер-преподаватель: Саркисян Э.М.

Обратная связь с тренером-преподавателем: Сотовая связь по WhatsApp

Дата	Содержание занятия	Методические рекомендации
13.05	<p style="text-align: center;">Комбинация из различных перемещений. Верхняя передача через сетку. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед.</p> <p>1. Передача мяча стоя лицом к цели (целью может быть кто-то из членов семьи), (3 подхода по 20 бросков)</p> <p>2. Передача мяча стоя спиной к цели (целью может быть кто-то из членов семьи), (3 подхода по 20 бросков)</p>	<p style="text-align: center;">Соблюдать правила техники безопасности при передаче и ловле мяча двумя руками. Назовите две основные части техники игры в волейбол.</p>
16.05	<p style="text-align: center;">Комбинация из различных перемещений. Верхняя передача через сетку. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед.</p> <p>1. Передача мяча стоя лицом к цели (целью может быть кто-то из членов семьи), (3 подхода по 20 бросков)</p> <p>2. Передача мяча стоя спиной к цели (целью может быть кто-то из членов семьи), (3 подхода по 20 бросков)</p>	<p style="text-align: center;">Соблюдать правила техники безопасности при передаче и ловле мяча двумя руками. Какие технические приемы использует волейболист в защите?</p>