Дата: 31.01.2022

Клас: 8Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Переміщення. Школа м'яча. Передача м'яча у зустрічному русі (верхня, нижня, у стрибку). Прийом м'яча з подачі. Нападаючий удар (імітування, удари по м'ячу біля стіни з відскоком від підлоги). Блокування.

Про матеріал:

Комплекс фізичних вправ зі стільцем:

<https://www.youtube.com/watch?v=hkisn6TrdQE&t=4s>

Вправи для відпрацювання прийому та передачі м'яча у волейболі:

<https://www.youtube.com/watch?v=mg0dt5rw7WM>

Передача двома руками зверху:

<https://www.youtube.com/watch?v=wvjG82r3c3A>

Спеціальні вправи волейболіста з м’ячем для вдосконалення технічних елементів гри:

<https://www.youtube.com/watch?v=fKLLEMYk4NU>

Домашнє завдання:

Повторити правила гри в волейбол:

<https://www.youtube.com/watch?v=ObZZE8mG3EA>