План

дистанционной работы кружка «Волейбол»»

с 04.10.2021 по 01.11.2021

Руководитель кружка: Дружинин А.Ю.

| п/п | Дата | Тема | Ссылка |
|---|---|---|---|
| 1. | 05.10.2021 | Передача мяча в парах сверху. Передача мяча в парах снизу. Учебно-тренировочная игра. | https://www.youtube.com/watch?v=nYF-pmBqh-E |
| 2. | 12.10.2021 | Верхняя прямая подача, боковая подача, прием подачи. Учебно-тренировочная игра. | https://www.youtube.com/watch?v=Q14YmlHnTWY |
| 3. | 19.10.2021 | Ходьба, бег. Передача мяча сверху, двумя руками вверх, вперед, над собой. Учебно-тренировочная игра. | https://www.youtube.com/watch?v=dWtsWeWNrHU |
| 4. | 26.10.2021 | Прием мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача. Учебно-тренировочная игра. | https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ |