**Интерактивные занятия для обучающихся**

**(на период дистанционного обучения)**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Период: 06.04.2020-11.04.2020 |
| Объединение: «Волейбол» | Преподаватель: Соловьева М.В. |
| Количество часов: 4 ч. |  |

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование темы** | **СРС****(ч.)** | **Рекомендуемая литература** | **Содержание задания** | **Форма представления выполненного задания** |
| **1.** | Техника и тактика игры. Развитие силы | **2** | http://www.youtube.com/watch?v=Aak4tITSryU комплексы заданий. | Просмотр игры ОМЬ-СИБГУор –Университет-Визит, выполнение упражнений на развитие силы. | отчет после выхода с карантина. |
| **2.** | Техника и тактика игры. Развитие прыгучести. | ***2*** | http://www.youtube.com/watch?v=Aak4tITSryU комплексы заданий. | Анализ игры в зависимости от амплуа, выполнение упражнений на развитие прыгучести. | отчет после выхода с карантина. |

***Пояснения:***

***Задания выполняются в электронном виде и предоставляются по электронному адресу:***