**Интерактивные занятия для обучающихся**

**(на период дистанционного обучения)**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Период: 20.04.2020-25.04.2020 |
| 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 выполнения подач. | **2** | <https://youtu.be/emzAutAEkLo> , возможны свои варианты с дальнейшим указанием ссылок. | Просмотр техники выполнения элемента, визуализация, выбор и выполнение упражнений в зависимости от условий проживания. Все задания выполнять после разминки. | отчет после выхода с карантина.  Выполнение упражнений для обучения подачам. |
| **2.** | Техника выполнения подач. | ***2*** | [**youtube.com**](https://www.youtube.com/)›[watch?v=6O2ZBeyNXDw](https://www.youtube.com/watch?v=6O2ZBeyNXDw) | Закрепление, повторение упражнений предыдущего занятия. Задания выполнять после разминки.  **Не забываем проветривать помещение.** | отчет после выхода с карантина. Упражнения для обучения. |