

Расписание занятий объединения «Волейбол» (с 07.12 по 16.12)

Педагог: Ермилин В.Г.

Группа: 1

Дата	Время	Способ обучения	Тема занятия	Ресурс	Форма обучения
08.12.20	14.30-16.00	ЭОР	ОФП: упражнения на укрепление мышц живота	https://www.youtube.com/watch?v=JsInWnaVV1g https://www.youtube.com/watch?v=ugyTa6gmRIc https://www.youtube.com/watch?v=crckYUXnp3w	Самостоятельная работа
10.12.20	14.30-15.40	ЭОР	Техническая подготовка: прием мяча снизу	https://www.youtube.com/watch?v=6dpAmqeGwkM https://www.youtube.com/watch?v=9YzQIUMp2kM	Самостоятельная Работа

Группа: 2

Дата	Время	Способ обучения	Тема занятия	Ресурс	Форма обучения
08.12	16.10-17.20	ЭОР	ОФП: упражнения на укрепление мышц спины	https://www.youtube.com/watch?v=8IAcNAVYE4g https://www.youtube.com/watch?v=H62SehPvtrc	Самостоятельная работа
10.12	15.50-17.20	ЭОР	Техническая подготовка: обучение навыкам верхней прямой подачи-планер	https://www.youtube.com/watch?v=ewBi66gtQ1g https://www.youtube.com/watch?v=xNK4Blp9oXY	Самостоятельная работа