**Дата**:6.11.20

**Номер пары**: 1 пара

**Группа**: 22э

**Тема занятия**: №18 Волейбол Нижняя передача мяча . Зачет- приседание на одной ноге

**Задание:**  1) ИМИТАЦИЯ : стойки игрока, верхней и нижней передачи мяча 2)бег в медленном темпе ,беговые упражнения место выполнения ( стадион, парк, двор дома ) Выполнить общеразвивающие упражнения : Силового характера ,скоростно-силовые упражнения и координацию . ( дома или на улице) 3)ВЫПОЛНИТЬ и ВЫСЛАТЬ ДОЛГ за 27.10. 20 технику верхней и нижней передачи мяча .( фото или картинки. ) Прочитать основные правила игры ВОЛЕЙБОЛ.

**Литература:** поиск информации осуществляется самостоятельно в интернете

**Для отчетности студента:** oleg.tikhonov.75@list.ru