**Дата**:14.11.20

**Номер пары**: 3 пара

**Группа**: 21а

**Тема занятия**: .№21 ВОЛЕЙБОЛ. Учебная игра.

**Задание:**  1) Выполнить разминку бег. беговые упражнения . упражнения типа зарядки ( дома или на улице) ВЫПОЛНИТЬ. 2) ИМИТАЦИЯ: стойки игрока ,нижняя и верхняя подачи мяча, передачи мяча. . Силовая подготовка ( приседание на одной ноге ) ВЫПОЛНИТЬ. ВЫСЛАТЬ ДОЛГ за3.11.20: (ФОТО ИЛИ КАРТИНКИ ) технику нижней и верхней подачи мяча.

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

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