**Настольный теннис 6-11 класс**

*Руководитель кружка: Пушнякова Ирина Павловна*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема урока | Домашнее задание\*\* |
| 1. | 02.11.2020-06.11.2020Настольный теннис в комнате Ссылка на урок:<https://www.youtube.com/watch?v=5NuoPcmdxrc&t=2s> Упражнение для занятий домаСсылка на урок: <https://www.youtube.com/watch?v=goiw674vF_E>  |  |
| **2** | 09.11.2020 – 13.11.2020.Настольный теннис для начинающих Ссылка на урок:<https://www.youtube.com/watch?v=e_1AiNt-4Kg> Ссылка на урок:Упражнения дома.<https://www.youtube.com/watch?v=goiw674vF_E> | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам просмотреть или прочитать информацию.**
2. **Быть готовым к тестированию.**
3. **Выполнять упражнения в домашних условиях, работаем над физическими качествами теннисиста.**
 |
| **3** |  16.11.2020 – 20.11.2020ЖонглированиеСсылка на урок: <https://www.youtube.com/watch?v=weOWTJk_Qj4&t=123s>Физическая подготовка теннисистаСсылка на урок: <https://www.youtube.com/watch?v=0elT42plf4U>  | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам просмотреть или прочитать.**
2. **Быть готовым к тестированию.**
3. **Выполнять упражнения в домашних условиях, работаем над физическими качествами теннисиста.**
 |
| **4** | 23.11.2020 – 27.11.2020. Занимаемся домаСсылка на занятие: <https://www.youtube.com/watch?v=o6sUt3RGM0k> Базовые упражнения Ссылка для урока:<https://www.youtube.com/watch?v=uXbz7x1LmDM>  | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам просмотреть или прочитать.**
2. **Быть готовым к тестированию.**
3. **Выполнять упражнения в домашних условиях, работаем над физическими качествами теннисиста.**
 |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |