**Настольный теннис 6-11 класс**

*Руководитель кружка: Пушнякова Ирина Павловна*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема урока | Домашнее задание\*\* |
| 1. | 02.11.2020-06.11.2020  Настольный теннис в комнате  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=5NuoPcmdxrc&t=2s>  Упражнение для занятий дома  Ссылка 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 – 20.11.2020  Жонглирование  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=weOWTJk_Qj4&t=123s>  Физическая подготовка теннисиста  Ссылка 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 дома  Ссылка 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.** |
|  |  |  |

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