**Физическая культура 10 классы**

*Учитель: Пушнякова Ирина Павловна*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема урока | Домашнее задание\*\* |
| **1** | 12.01.2021 – 15.01.2021.  Техника передвижения волейболиста  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=vUEYEo_r4K0>  Прием и передача мяча в волейболе  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=HDGvd8OZOg8>  <https://www.youtube.com/watch?v=2yz9LRgj4_o>  Выполнение комплекса физических упражнений.  Ссылка на урок:  <https://youtu.be/a-14q1LQIM8> | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам и прочитать.** 2. **Выполнять комплекс упражнений по видео ролику (отправить фотоотчёт выполнения упражнения, коллаж)** |
| **2** | 18.01.2021 – 22.01.2021  Подача мяча в волейболе  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=78YbppnFLJY>  <https://www.youtube.com/watch?v=i1ydFv8fNSw>  Выполнение комплекса физических упражнений  Ссылка на урок:  <https://youtu.be/-ZeQS45b7fw> | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам и прочитать.** 2. **Выполнять комплекс упражнений по видео ролику (отправить фотоотчёт выполнения упражнения, коллаж)** |
| **3** | 25.01.2021 – 29.01.2021.  Нападающий удар в волейболе  Ссылка на урок:  <https://www.youtube.com/watch?v=2FyV0mnTWBE&t=20s>  Выполнение комплекса физических упражнений  Ссылка на урок:  <https://youtu.be/CEJXZyvFO0E> | 1. **Перейти по ссылке по заданным темам и прочитать.** 2. **Выполнять комплекс упражнений по видео ролику (отправить фотоотчёт выполнения упражнения, коллаж)** |