Домашнее задание для обучающихся спортивно-оздоровительных групп

По дополнительной общеразвивающей программе по виду спорта баскетбол

на период с 13 -30 апреля 2020 г.

педагоги: Шум Н.Д., Горланова Н.В., Шум Н.Д., Федорова Е.О.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата | Домашние задание | Форма проверки |
| 13-19 Апреля | <https://www.youtube.com/watch?v=50Z9Tqz7Y1U> (Разминка  Перед тренировкой)  Правила баскетбола (<https://www.youtube.com/watch?v=hR77feOmKBQ>) “Изучаем“  Просмотр игры ,обращаем внимание на жесты судей ( https://www.youtube.com/watch?v=SOe-w9m5zFI) | Фото и видео через вк,wats app,viber |
| 20-26 Апреля | <https://vk.com/im?peers=c59_c70&sel=198912335&z=video185314680_456239513%2Ff3028d1760561baed1> Разминка  <https://vk.com/im?peers=c59_c70&sel=198912335&z=video185314680_456239515%2F9f4bb78f182eb328b9> Упражнение с мячом в домашних условиях  Продолжаем изучать правила баскетбола и жесты судей (<https://www.youtube.com/watch?v=sydFKkbZM0s>) | Фото и видео через вк,wats app,viber |
| 26-3  С апреля по май | <https://vk.com/im?peers=c59_c70&sel=198912335&z=video185314680_456239514%2F6197063cc9d92a5f98> не большая разминка сидя перед телевизором  <https://www.youtube.com/watch?v=alGBuKrcXaA> (тренировка броска без кольца)  Закрепляем правила баскетбола  Просмотр детских игр ,обращаем внимание на жесты судей  (https://www.youtube.com/watch?v=CvYZm33JWyI) | Фото и видео через вк,wats app,viber |