**План роботи під час карантинуСліпчука В.А.,**

**вчителя фізичної культури**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **9** | Фізична культура | Сліпчук В.А. | 30.03.21.»Волейбол». Завдання: Імітація подачі м»яча в визначені зони.Вправи для розвитку витривалості. |  | Ранкова фіззарядка.Біг в повільному темпі до 7 хвилин. |
| **9** | Фізична культура | Сліпчук В.А. | 01.04.21. «Волейбол». .Завдання:Імітація прийому, передачі м»ячи біля стіни. Вправи для формування координації рухів. |  | Ранкова фіззарядка.Біг в середньому темпі до 7 хвилин. |
| **9** | Фізична культура | Сліпчук В.А. | 02.04.21. «Волейбол». Завдання: Імітація подачі м»яча в визначені зони. Вправи на формування витривалості. |  | Ранкова фіззарядка. Повторний біг 5 по 25 метрів. |
| **9** | Фізична культура. | Сліпчук В.А. | 06.04.21. «Волейбол». Завдання: Імітація нападаючого удару з розбігу. |  | Ранкова фіззарядка. |
| **9** | Фізична культура. | Сліпчук В.А. | 08.04.21. «Волейбол». Завдання:Імітація блокування нападаючого удару, прийому м»яча знизу, зверху. |  | Ранкова фіззарядка. Біг по пересічній місцевості до 7 хвилин. |