

**Навчальні матеріали для дистанційної роботи студентів з дисципліни «Фізичне виховання»  
на період карантину з 12.10.2020 р. по 30.10.2020 р.  
Прокопенко О.І., 0973993470, [prokop16021966@gmail.com](mailto:prokop16021966@gmail.com)**

Дата	Група	Кількість годин	Тема лекції, план, зміст лекції	Література	Завдання студентам
13.10.2020	Б21	2	<b>Спортивні ігри. Волейбол.</b> 1. Правила гри. 2. Техніка безпеки на заняттях з волейболу. 3. Комплекс загально-розвиваючих вправ.	<a href="https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html">https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html</a>	1. Законспектувати правила гри у волейбол. 2. Розробити комплекс загально-розвиваючих вправ. 3. Надати відео підтвердження виконаного завдання.
13.10.2020	І21	2			
12.10.2020	М21	2			
12.10.2020	М22	2			
20.10.2020	Б21	2	<b>Спортивні ігри. Волейбол.</b> 1. Подачі м'яча. 2. Напад.	<a href="https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html">https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html</a> 1.Перше відео( <a href="https://youtu.be/78YbppnFLJY">https://youtu.be/78YbppnFLJY</a> ).	Комплекс вправ з гантелями.
19.10.2020	І21	2			

13.10.2020	M21	2		2.Друге відео( <a href="https://youtu.be/utzBvIucD28">https://youtu.be/utzBvIucD28</a> ).	
13.10.2020	M22	2			
27.10.2020	B21	2	<b>Спортивні ігри. Волейбол.</b> 1.Прийом- передача м'яча(майстер- клас). 2.Дії в захисті.	<a href="https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html">https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html</a> 1.Перше відео( <a href="https://youtu.be/13JTgN4GDRg">https://youtu.be/13JTgN4GDRg</a> ). 2.Друге відео( <a href="https://youtu.be/en7s-Wv0BHs">https://youtu.be/en7s-Wv0BHs</a> ).	Згинання-розгинання рук в упорі лежачи.
20.10.2020	I21	2			
20.10.2020	M21	2			
19.10.2020	M22	2			
	B21	2			

27.10.20	I21	2	<b>Спортивні ігри. Волейбол.</b> 1. Етапи нападу 2. Помилки при нападі	<a href="#">video.html</a> 1.Перше відео <a href="https://youtu.be/t-CsiAOFqPo">https://youtu.be/t-CsiAOFqPo</a> 2.Друге відео <a href="https://youtu.be/r9IyAIXdCVY">https://youtu.be/r9IyAIXdCVY</a>	
21.10.20	M21	2			
20.10.20	M22	2			
	B21	2	<b>Спортивні ігри. Волейбол.</b> 1. Гра в захисті 2. Принцип ліберо 3. Майстер-клас з професійного волейболу	<a href="https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html">https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html</a> 1.Перше відео <a href="https://youtu.be/t-CsiAOFqPo">https://youtu.be/t-CsiAOFqPo</a> 2.Друге відео <a href="https://youtu.be/r9IyAIXdCVY">https://youtu.be/r9IyAIXdCVY</a>	Підняття тулуба в положення лежачи за 1 хв.
	I21	2			
27.10.20	M21	2			
21.10.20	M22	2			

	Б21	2	<b>Спортивні ігри. Волейбол.</b> 1. Правила суддівства 2. Жести суддів у волейболі	<a href="https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html">https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html</a> 1.Перше відео <a href="https://studfile.net/preview/2238815/page:2/">https://studfile.net/preview/2238815/page:2/</a>	Комплекс вправ із гімнастичною скакалкою
	І21	2			
27.10.20	М21	2			
21.10.20	М22	2			
	Б21	2	<b>Спортивні ігри. Волейбол.</b> 1. Тактика гри в захисті 2. Тактика гри в нападі	<a href="https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html">https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html</a>	Комплекс вправ на гнучкість
	І21	2			
28.10.20	М21	2			

27.10.20	M22	2			
	Б21	2			
	І21	2			
	M21	2			
28.10.20	M22	2			
	Б21	2			
	І21	2			

	M21	2			
	M22	2			