Тема: Спортивная игра «Волейбол».Передача мяча через сетку в прыжке с переходом из одной колонны в другую. Учебная игра.

Записать материал в тетрадь (прислать фото отчет). Сделать реферат на тему «волейбол» (прислать на почту).

*Техника выполнения.*Пры­жок выполняется с места и с укороченного разбега (1—2 шага) толчком двух ног. Передача мяча осуществляется в высшей точке прыжка за счёт активного разги­бания рук .

*Применение:*когда мяч на­правлен по высокой траектории близко к сетке и передать его из опорного положения невоз­можно.

**Обучение**

1. Имитация верхней передачи мяча в прыжке через сетку: с ме­ста; с небольшого разбега.

2. Верхняя передача мяча в прыжке через сетку после пред­варительного подбрасывания над собой (прыжок выполняется с места).

3. Передача в прыжке по­сле предварительного подбрасы­вания мяча вперёд-вверх и небольшого разбега .

 Методическое указание.Упражнения выполняются в двух колоннах по обе стороны сетки в 3 м от неё. После передачи мяча учащийся первой колонны уходит в конец второй колонны.

Изучить технику выполнения упражнения, подготовить презентацию.