**Дистанционная работа отделение СОГ 6 ч « волейбол»** тренер-преподаватель Н.П. Мещерякова

Индивидуальная работа с мячом (волейбольный, теннисный) передачи: передача верхняя, нижний приём мяча, подбивание мяча любой частью руки 2 раза утром, вечером 25 мин.

**1 задание на этой неделе с 13 по 19 апреля**

1. Полномочия капитана по волейболу?
2. Сколько разрешается замен в игре, а в 1партии?
3. Могут ли игроки меняться во время игры и кто?
4. Какому игроку не ограничены замены, а что нельзя?
5. Сколько перерывов в игре можно взять, а сколько в партии?
6. Что самое важное в игре:

а) сила, б) воля, в) характер, г) выносливость, д) уверенность, е) внимание, ж) единство команды, з) выдержка.

**7**. Какие 3 критерия из 6 вопроса Вы выделите и в какой последовательности?

**8**. Может ли один игрок взять на себя всю игру?

**9**. Как Вы думаете вид спорта «волейбол» - это…….?

**10.** Какой должен быть по вашему тренер? (2-3 предложения не больше)

1,3,4,6,9 – за ответ максимально 3 балла 2,5,7,8,10 – за ответ 1,2 балла 23-25 баллов зачёт – это значит на другой неделе на вопросы отвечать не будем, будет только физическая подготовка.

**Всем удачи, дерзайте !**