

# Внеурочная деятельность

## 5-6 классы “Юный волейболист”

Руководитель: Лель Т.  
Ф.

2018  
год



# Разминка. Построение



# Ходьба на носках



# Бег



# Упор, сидя сзади



# Подводящие упражнения



# Упражнения на технику



4



# Упражнения на координацию



# Подводящие упражнения



4



# Поддача



# Двухсторонняя игра







# ОФП





**Спасибо за  
внимание!**