**Занятие 12.**

***Техника владения мячом: ловля мяча, передача мяча***.

*Ловля мяча* ОРУ, стретчинг

* Ловля мяча двумя руками;
* Ловля мяча одной рукой.

*Передачи мяча* ОРУ, стретчинг

* Передача двумя руками от груди;
* Передача двумя руками сверху;
* Передача двумя руками снизу;
* Передача одной рукой от плеча;
* Передача одной рукой сверху;
* Передача одной рукой снизу и одной рукой сбоку.