10.11.2021р. <https://meet.google.com/atg-vtqx-jtu>

Вихід в 11.15

Тема: Футбол.

1.Комплекс ЗРВ З м`ячем.

<https://www.youtube.com/watch?v=uKAWsQ1qOTY>

2.Прискорення та ривки з мячем.

<https://www.youtube.com/watch?v=9QiNidG3v28>

3. Укидання мяча

<https://www.youtube.com/watch?v=PERaTp4xoWs>

4.Вправи на запобігання плоскостопості

<https://www.youtube.com/watch?v=zLFMjcHO3yM>