07.05.2021р. <https://meet.google.com/atg-vtqx-jtu>

Вихід натискаєте ctrl і на ссилку

вихід о 08.15

Тема: Футбол

1Комплекс ЗРВ прискорення та ривки з м’ячем

<https://www.youtube.com/watch?v=xuy1fm5NFaQ>

2.Удари по мячу ногою на точність.

Відпрацювання точності удару/передача м’яча партнерові, або в стіну 10-15р

3.Жонглювання мячем ,ногою,стегном.

<https://www.youtube.com/watch?v=1-q8lid3-98>

4.Біг у чергуванні з ходою 1000м.