28.04.2022р.

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

вихід о 11.30

Тема: Футбол

 1.Комплекс ЗРВ з м’ячем

<https://www.youtube.com/watch?v=igfh4tI0Ke0>

2.Удари по мячу ногою на точність.

Відпрацювання точності удару/постав ціль і влуч.

3.Укидання м’яча з різних положень.

<https://www.youtube.com/watch?v=BSpYRYxYPU8>

4.Елементи гри вротаря: кидки м’яча рукою.

Кидки виконуються однією і дво­ма руками. Кидок однією рукою дозволяє більш точно направити партнеру м'яч. Застосовуються такі способи кидка: зверху і знизу. Найбільш розповсюджений кидок зверху. У цьому випадку м'яч можна направити по різних траєкторіях, на значну відстань і з достатньою точністю. Кидки виконуються на місці й у кроці. Використання їх у русі суворо регламентується правилами.