18.04.2022

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

вихід о 10.00

Тема: Волейбол

Первинний інструктаж на уроках волейболу .Правила гри.

<https://www.youtube.com/watch?v=fHIxt6204Hc>

Вправи для розвитку сили м’язів верхніх і нижніх кінцівок.

<https://www.youtube.com/watch?v=pHbv6xqtv6I>

Вправи для відпрацювання прийому та передачі м'яча у волейболі.

<https://www.youtube.com/watch?v=mg0dt5rw7WM>