Дата:01.11.2021

Группа НП-2

Тренер-преподаватель Окунев А.М.

**Задание №1**

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=539356660612219423&from=tabbar&reqid=1586518595009111-970361554385190713804529-vla1-0557-V&text=беговые+упражнения++футболистов++6-7+лет>

**Задание №2**

 Поднимание туловища из положения лёжа на спине. 3 серии по 10 раз.

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16334533796327299392&from=tabbar&parent-reqid=1586518789289771-1396231298984890451700276-production-app-host-vla-web-yp-68&text=поднимание+туловища+из+положения+лежа+на+спине+дети>

**Задание №3**

Упражнения для мышц ног.( 3 серии )

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=4258666524803958669&from=tabbar&reqid=1586519901413757-575787307399961000001763-sas1-7790-V&suggest_reqid=768862351158650538098821215863124&text=упражнения+для+развития+мышц+ног+для+юных+футболистов+по+футболу>

**Задания №4**

Упражнения без мяча на технику и скорость работы ног. (2 серии )

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5508059843116054513&from=tabbar&reqid=1586520207949396-758691211743608694204759-vla1-2363-V&suggest_reqid=768862351158650538003259711258396&text=упражнения+для+развития+техники+ног+в+футболе>