Дата:16.05.2020

Группа: Сог-3.

Тренер-преподаватель Окунев А.М.

Задание № 1.

Выполнить разминку (комплекс ОРУ). Беговые упражнения.

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=5393566606122194 23&from=tabbar&parent-reqid=1586256341598775-789742947966907669700284-prestable-app-host-sas-web-yp-8&text=Выполнить+разминку+%28комплекс+ОРУ%29.+Беговые+упражнения+в+футболе

Задание № 2. Ведение мяча внешней стороной стопы.

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17520292450068299669&text=Ведение+мяча+внешней+стороной+стопы.

Задания №3.

Упражнения для развития быстроты. Соблюдаем рекомендации.

https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=tb32zKbVALQ&feature=emb_title

Задание №4.

Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы.

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13024283036365003253&p=2&text=Передача+мяча+внутренней+и+внешней+стороной+стопы