Дата:20.04.2020

Группа: Сог-3.

Тренер-преподаватель Окунев А.М.

Задание № 1.

Изучить теоретический материал по теме: « Правила соревнований по футболу».

https://infourok.ru/pravila-sorevnovaniy-po-futbolu-2053030.html

Задание № 2.

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 № 3. Ведение мяча внешней стороной стопы.

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

Задание № 4. Жонглирование мячом.https://yandex.ru/video/preview/?filmId=3817496135056180558&text=жонглирование+мячом+как+научиться