

Урок №22 (20.10.2025-24.10.2025)

Тема уроку: Ведення м'яча серединою підйому

1. Комплекс ЗРВ: <https://www.youtube.com/watch?v=gdtZS7SDWlw>
2. Переглянути відео: <https://www.youtube.com/watch?v=ecxp4OemqAY&t=47s>
3. ДЗ: гра в панну