

30 тиждень

11 клас

Тема : **«Футбол»**

1. Загальноорозвиваючі вправи :

https://www.youtube.com/watch?v=Nd3dl6rWMss&ab_channel=%D0%9D%D0%B0%D1%81%D1%82%D1%8F%D0%A9%D0%B5%D0%BF%D0%B0%D0%BA

2. Удосконалення техніки ведення м'яча в футболі (для перегляду, якщо є умови та бажання можна виконувати) :

https://www.youtube.com/watch?v=FxPzXvMANgM&ab_channel=%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D0%B5%D0%B9%D0%9B%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%B2