

Волейбол, дистанционное обучения

дата	тема	материал
15.12.2022	Совершенствование игры в защите	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Tuv00VoTRB0">https://www.youtube.com/watch?v=Tuv00VoTRB0</a>
16.12.2022	Тейпирование	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=XTnppntEX-4&amp;t=196s">https://www.youtube.com/watch?v=XTnppntEX-4&amp;t=196s</a>
17.12.2022	Совершенствование нападающего удара	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=i_iWUzCfHro">https://www.youtube.com/watch?v=i_iWUzCfHro</a>
18.12.2022	ОФП волейболистов	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=7aihRwsadgs">https://www.youtube.com/watch?v=7aihRwsadgs</a>
20.12.2022	Совершенствование подачи	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=WFAxc8DDeDI">https://www.youtube.com/watch?v=WFAxc8DDeDI</a>