

Волейбол, дистанционное обучения

дата	тема	материал
27.01.2022	Совершенствование игры в защите	https://www.youtube.com/watch?v=Tuv00VoTRB0
28.01.2022	Тейпирование	https://www.youtube.com/watch?v=XTnppntEX-4&t=196s
29.01.2022	Совершенствование нападающего удара	https://www.youtube.com/watch?v=i_iWUzCfHro
31.01.2022	ОФП волейболистов	https://www.youtube.com/watch?v=7aihRwsadgs
01.01.2022	Совершенствование подачи	https://www.youtube.com/watch?v=WFAxc8DDeDI
02.01.2022	Физподготовка	https://www.youtube.com/watch?v=Pl-UadmWmJ0
03.01.2022	Совершенствование передачи	https://www.youtube.com/watch?v=HDGvd8OZOg8