

## Программа дистанционного обучения по Волейболу

(Тренер-преподаватель Дмитроченко Сергей Иванович)

№	Дата	№ Группы	Название темы	Ссылка в интернете
1	11.11.2020г.	1	1. Подводящие упражнения к верхней передачи мяча.	1. <a href="https://youtu.be/xr15Knh4MOE">https://youtu.be/xr15Knh4MOE</a>
2	13.11.2020г.	1	1. Нижняя прямая подача.  3	1. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ">https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ</a>
3	18.11.2020г.	1	1. Разминка без мячей. Разминка с мячами.	1. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=cIUCfBYbUzg">https://www.youtube.com/watch?v=cIUCfBYbUzg</a>
4	20.11.2020г.	1	1. Упражнения для приема мяча.	1. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=5V7FKMPjLFw">https://www.youtube.com/watch?v=5V7FKMPjLFw</a>