

Программа дистанционного обучения по Баскетболу

(Тренер-преподаватель Бородин Евгений Андреевич)

№	Дата	№ Группы	Название темы	Ссылка в интернете
1	17.11.2020г.	1	1. Разминка	1. https://youtu.be/XbI9jEx9IsM
		2	2. Жесты в баскетболе.	2. https://youtu.be/jUINM718NKY
		3		
2	19.11.2020г.	1	1. Разминка.	1. https://youtu.be/d997RiG2e2g
		2	2. Стретчинг.	2. https://youtu.be/6fwyXWlkd8A
		3		
3	21.11.2020г.	1	1. Разминка.	1. https://youtu.be/jWDYmMIQFco
		2	2. Обучение техники владения с мячом.	2. https://youtu.be/fRfygn8Oe_k
		3		
4	24.11.2020г.	1	1. История баскетбола.	1. https://youtu.be/1XuPYGOuVaY
		2	2. Упражнение со скакалкой	2. https://youtu.be/k1WAtp1Hqo
		3		

5	26.11.2020г.	1	1.Разминка с мячом и без мяча. 2. Отработка ведение мяча.	1. https://youtu.be/k3yflEcwu4 2. https://youtu.be/qXPnY7LAI20
		2		
		3		
6	28.11.2020г.	1	1.Упражнения с теннисными мячами. 2. Обучение дриблингу.	1. https://youtu.be/u_TkC4xvZ8M 2. https://youtu.be/KJU3zl6Ewu4
		2		
		3		