

Программа дистанционного обучения по настольному теннису (Тренер-преподаватель Гутаев Михаил Иванович)

№	Дата	№ Группы	Название темы	Ссылка в интернете
1	27.01.2022 г.	1	1. Подводящие упражнения к верхней передачи мяча. 2. Упражнение с мячом в паре. 3. Упражнения в парах с двумя мячами.	1. https://youtu.be/xr15Knh4MOE
		2		2. https://www.youtube.com/watch?v=LdOJqEzY-cQ
		3		3. https://www.youtube.com/watch?v=5IVrFWv_8tI
2	31.01.2022г.	1	1. Разминка. 2. Нижняя прямая подача. 3. Верхняя передача.	1. https://www.youtube.com/watch?v=wT_b5Ki1V9Y
		2		2. https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ
		3		3. https://www.youtube.com/watch?v=1DpZEkas8AI
3	01.02.2022 г.	1	1. Разминка без мячей. Разминка с мячами.	1. https://www.youtube.com/watch?v=cIUCfBYbUzg
		2		
		3		
4	03.02.2022 г.	1	1. СБУ. 2. Разминка на полу.	1. https://www.youtube.com/watch?v=6oNfRuP15-I
		2		2. https://www.youtube.com/watch?v=v-iWruuGn-w
		3		