

## Программа дистанционного обучения по Настольному теннису

(Тренер-преподаватель Тутаев Михаил Иванович)

№	Дата	№ Группы	Название темы	Ссылка в интернете
1	07.02.2022г.	1	1.Разминка.	1. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=wT_b5Ki1V9Y">https://www.youtube.com/watch?v=wT_b5Ki1V9Y</a>
		2	2.Нижняя прямая подача с вращением.	2. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ">https://www.youtube.com/watch?v=RiG4HsT8WCQ</a>
		3		3.Верхняя передача без вращения.
2	08.02.2022г.	1	1. Подводящие упражнения к верхней подачи мяча.	1. <a href="https://youtu.be/xr15Knh4MOE">https://youtu.be/xr15Knh4MOE</a>
		2	2.Упражнение с мячом в паре.	2. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=LdOJqEzY-cQ">https://www.youtube.com/watch?v=LdOJqEzY-cQ</a>
		3		3.Упражнения в парах с двумя мячами.
3	10.02.2022г.	1	1.Разминка.	1. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=cIUCfBYbUzg">https://www.youtube.com/watch?v=cIUCfBYbUzg</a>
		2	Разминка с мячом на вертикальном столе.	
		3		
		2		
		3		
		2		

		3		
--	--	---	--	--