

Задания дистанционного обучения

для детей спортивно-оздоровительной группы (СОГ)

Тренер: Даньшин Алексей Петрович

Расписание занятий: вторник, четверг, суббота.

ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ ПЕРЕЙДИТЕ ПО ССЫЛКЕ:

1.Комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ):

<https://youtu.be/qmMyE1CWmkI>

2.Специально-беговые упражнения:

<https://youtu.be/6ODfzVDPz5Q>

3.ОФП для легкоатлетов 8-10 лет:

<https://youtu.be/yhPW7LpxaPs>