

План-конспект

Учебно-тренировочного занятия на период дистанционного обучения

Вид спорта Гандбол

Группа СО

Тренер – преподаватель: Ковылин В.И.

Обратная связь с тренером – преподавателем; ватцап

Дата	Содержание занятия	Методические рекомендации
20.04.20	ОРУ на развитие силы Бросок мяча согнутой рукой сбоку	Мяч выпускается из рук обычно на высоте пояса, иногда ниже
22.04.20	ОРУ на развитие силы https://mylektsii.ru/8-7909.html	Мяч выпускается из рук обычно на высоте пояса, иногда ниже
24.04.20	ОРУ на развитие силы Бросок мяча согнутой рукой сбоку	Мяч выпускается из рук обычно на высоте пояса, иногда ниже