29.05.2020

гр№400 1(курс)физ-ра.Тема№87-88 Баскетбол: Техника и гры. Профессионально прикладная физическая подготовка..

     Д\З:  В.И.Лях  А.А.Зданевич Физическая культура  параграф.№16 стр.60-62

Упражнения на развитие координационных способностей:(вращение,жонглирование,ведение,ловля мяча).

Вопросы для самоконтроля. Опишите:1.Какие приемы обыгрывания защитника вы знаете?.

2.Какие действия против игрока без мяча и с мячом используются в баскетболе.?