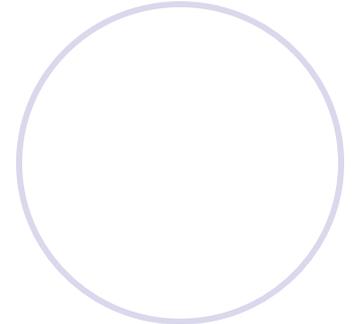
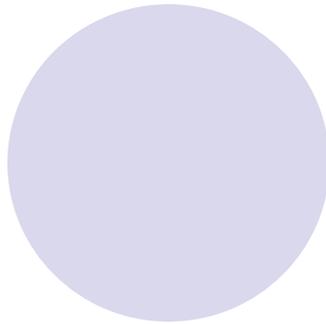
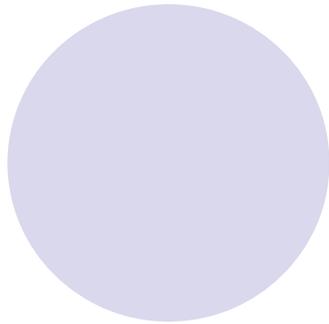
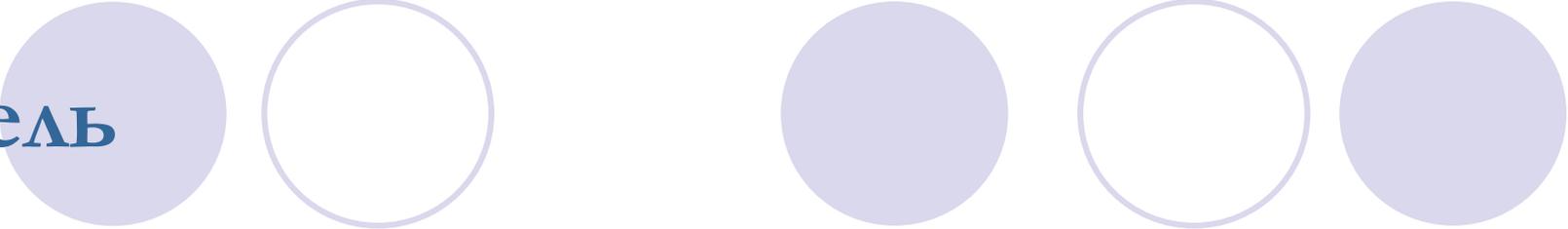


**Ведение мяча правой и
левой рукой.**

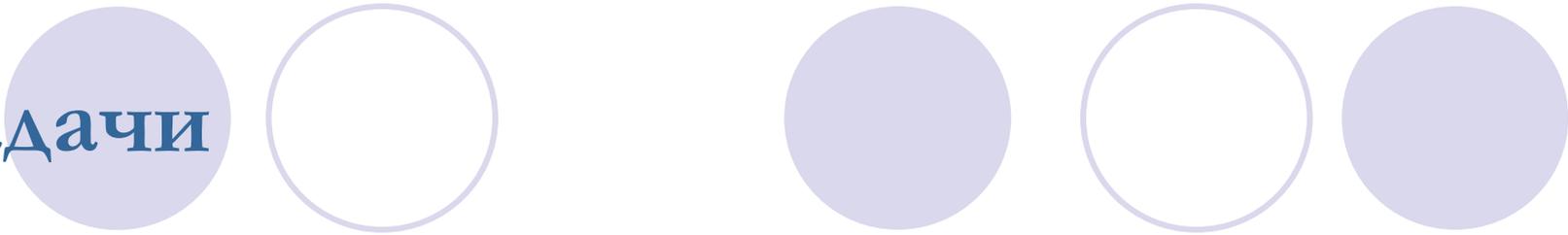




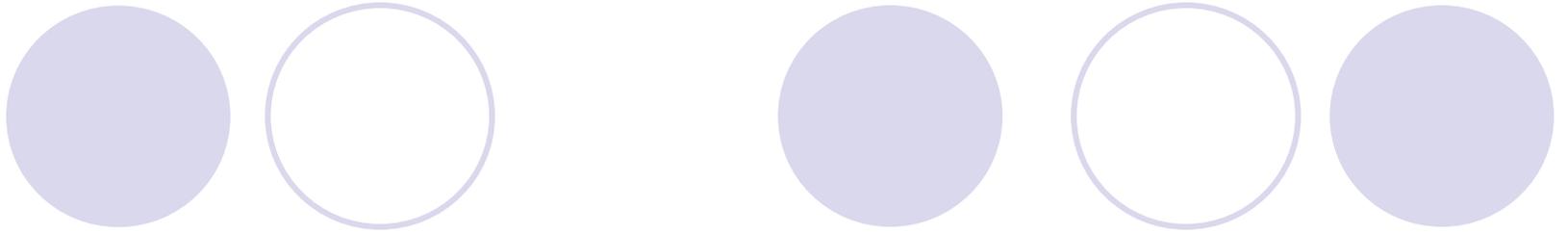
Цель

- Научить ведению мяча правой и левой рукой. Содействовать развитию скоростно-силовых и координационных качеств.

Задачи



- 1.1 Ведение мяча шагом
- А.левой рукой
- Б.правой роукой
- 1.2 Ведение мяча бегом
- А.левой рукой
- Б.правой рукой



- При ведении руки работают как насос
- Мяч ведут с боку от себя
- Мяч толкают вниз-вперед

