

**Домашнее задание**  
**для обучающихся по дополнительным предпрофессиональным программам и**  
**программам спортивной подготовки**

**Федерация гандбола России    rushandball.ru**

Скакалка для детей — важный элемент здоровья

20 простых и эффективных упражнений со скакалкой [refleader.ru>qasnarnaotr.html](http://refleader.ru>qasnarnaotr.html)

ISSUU — Beach Handball 2015 by Mihail kargapolov [bmsi.ru](http://bmsi.ru)

ПЛЯЖНЫЙ ГАНДБОЛ. Пособие для начинающих игроков, тренеров и болельщиков: особенности и основные отличия от классического гандбола

Реферат: Классификация техники игры в гандбол... [BestReferat.ru>referat-112709.html](http://BestReferat.ru>referat-112709.html)

Техника игры в гандбол. Техника полевого игрока, защиты, вратаря. Противодействие владению мячом. Гандбол. Техника игры в нападении [avangardsport.at.ua>blog/tekhnika...v...2012-06-01-37](http://avangardsport.at.ua>blog/tekhnika...v...2012-06-01-37)

Техника нападения в гандболе - презентация... [ppt4web.ru>prezentacii-po...tekhnika...v-gandbole.html](http://ppt4web.ru>prezentacii-po...tekhnika...v-gandbole.html)

[SummerCamp.ru>images/TexnapGandboll.doc](http://SummerCamp.ru>images/TexnapGandboll.doc)

**Федерация гребного спорта РОССИИ    rowingrussia.ru**

Техника безопасности в гребном спорте [offsport.ru>greblya/tehnika-bezopasnosti.shtml](http://offsport.ru>greblya/tehnika-bezopasnosti.shtml)

[academia-moscow.ru>ftp\\_share/\\_books/fragments/...](http://academia-moscow.ru>ftp_share/_books/fragments/...)

Обоснование и сравнительный анализ техники гребли...[BankReferatov.ru](http://BankReferatov.ru)

**Федерация легкой атлетики России RusAthletics    rusathletics.com>fed/**

Основы техники прыжков [fizkult-ura.ru>sci/legkay\\_atletika/14](http://fizkult-ura.ru>sci/legkay_atletika/14)

Основы техники прыжков [sites.google.com>site...vidy/vopros-otvet](http://sites.google.com>site...vidy/vopros-otvet)

Техника выполнения прыжков [ppt4web.ru>Физкультура>legkaja-atletika1.html](http://ppt4web.ru>Физкультура>legkaja-atletika1.html)

Техника метания в легкой атлетике [sportwiki.to>Техника\\_метания\\_в\\_легкой\\_атлетике](http://sportwiki.to>Техника_метания_в_легкой_атлетике)

Основы техники метаний [fizkult-ura.ru>sci/legkay\\_atletika/30](http://fizkult-ura.ru>sci/legkay_atletika/30)

Основы техники метаний [sites.google.com>site...vidy/osnovy...metanij...](http://sites.google.com>site...vidy/osnovy...metanij...)

Виды бега [fizkult-ura.ru>sci/legkay\\_atletika/5](http://fizkult-ura.ru>sci/legkay_atletika/5)

Техника бега на средние и длинные дистанции [intranet.tdmu.edu.ua](http://intranet.tdmu.edu.ua)

Техника спринта [msuathletics.ru>books/sprint/sprint\\_technique.html](http://msuathletics.ru>books/sprint/sprint_technique.html)

Правила и техника эстафетного бега в легкой атлетике [honki.ru>2011/11/blog-post\\_14.html](http://honki.ru>2011/11/blog-post_14.html)

**Федерация настольного тенниса России    ttfr.ru**

Настольный теннис [dyush.kol.edu54.ru>DswMedia/nastol-nyiytennis.doc](http://dyush.kol.edu54.ru>DswMedia/nastol-nyiytennis.doc)

Прием подач в настольном теннисе [world-tennis.com.ua>priem...v-nastolnom-tennise/](http://world-tennis.com.ua>priem...v-nastolnom-tennise/)

Подачи в настольном теннисе. [expert-tennis.ru>podachi-v-nastolnom-tennise...](http://expert-tennis.ru>podachi-v-nastolnom-tennise...)

Отработка техники наката слева [expert-tennis.ru>uroki-nastolnogo-tennisa...nakata...](http://expert-tennis.ru>uroki-nastolnogo-tennisa...nakata...)

Выполнение различных ударов в настольном теннисе [expert-tennis.ru>uroki-nastolnogo-tennisa...nakata...](http://expert-tennis.ru>uroki-nastolnogo-tennisa...nakata...)

Настольный теннис техника удара (обучающий урок) [online.com>sport...tennis...udara/](http://online.com>sport...tennis...udara/)

Техника ударов [ttenis.info>stati/145...tennis-tehnika-udarov](http://ttenis.info>stati/145...tennis-tehnika-udarov)

**Федерация спортивной акробатики России    acrobatica-russia.ru**

Методические рекомендации по обучению технике упражнений

[world-sport.org>complicated/acrobatics/technology](http://world-sport.org>complicated/acrobatics/technology)

Спортивная акробатика [ducmosk.ru>index.php/component/k2/item/87](http://ducmosk.ru>index.php/component/k2/item/87)

Техника безопасности и правила поведения [akrobatika.narod.ru>Т.б..htm](http://akrobatika.narod.ru>Т.б..htm)

Физкультура для всех: ...Виды спорта » Акробатика [fizkultura-vsem.ru>акробатика/](http://fizkultura-vsem.ru>акробатика/)

Техническая подготовка спортсменов [rusnauka.com>12.APSN\\_2007/Sport/20690.doc.htm](http://rusnauka.com>12.APSN_2007/Sport/20690.doc.htm)

**Федерация прыжков на батуте России"trampoline.ru**

Техника прыжков на батуте [youtube.com>watch?v=gVGgxpHvTwk](http://youtube.com>watch?v=gVGgxpHvTwk)

Батуты и обязательная техника безопасности [e-motherhood.ru>batuty-i-obyazatel'naya-tekhnika...](http://e-motherhood.ru>batuty-i-obyazatel'naya-tekhnika...)

Обучение технике прыжков [SummerCamp.ru>Батут \(техника безопасности и правила поведения при упражнениях на батуте\).](http://SummerCamp.ru>Батут (техника безопасности и правила поведения при упражнениях на батуте).) [nabatut.ru>article/sovety...bezopasnosti-na-batute](http://nabatut.ru>article/sovety...bezopasnosti-na-batute)