Тема: Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом. Виды и причины спортивного травматизма.

1. Спортивные травмы (Ладоша М.Н)

<https://www.youtube.com/watch?v=R080Qcf_Mmw>

1. Наука 2 0 Спортивные травмы и реабилитация (на примере лыжницы Натальи Матвеевой)

<https://www.youtube.com/watch?v=YerWP3xFCQ8>

1. Спортивные травмы. Как себя уберечь!

<https://www.youtube.com/watch?v=i1INAd4luw4>

1. Упражнения для укрепления сухожилий ног. Как правильно и безопасно выполнять упражнения дома.

<https://podduev.com/uprazhneniya-dlya-ukrepleniya-suxozhilij-nog/>