Дата: 01.04.2022

Клас: 11А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Теорія БЖД. Урок розвитку фізичних якостей або повторення пройденого матеріалу.

Про матеріал:

Правила безпеки під час дистанційного навчання на уроці :

<https://www.youtube.com/watch?v=j7znfhEZ41I>

Самостійна розминка. Вправи з м'ячами.

<https://www.youtube.com/watch?v=Dv6jh1Ds450>

Волейбол. Розминка перед стрибками.

<https://www.youtube.com/watch?v=Obc1yV1IKrU>

Вправи для відпрацювання прийому та передачі м'яча у волейболі:

<https://www.youtube.com/watch?v=mg0dt5rw7WM>

Домашнє завдання:

Опрацювати відео: "Волейбол. Верхня передача м'яча двома руками. Основні вправи".

<https://www.youtube.com/watch?v=Rqw48XpdHek>