Дата: 08.11.2021

Клас: 11А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: ТБ під час виконання гімнастичних вправ. Стройові вправи. Комплекс ритмічної гімнастики. Танцювальні кроки. Розвиток фізичних якостей. Правильна постава.

Про матеріал:

ТБ під час виконання фізичних вправ в домашніх умовах:

<https://www.youtube.com/watch?v=Cp6JmkqCQfI>

Профілактика сутулості:

<https://www.youtube.com/watch?v=03nMv0pqKF4>

Стройові вправи:

<https://www.youtube.com/watch?v=3Q5dv1eJn14&list=PL9vk63yDzhotJvwRokp2afryauo4ifIVe&index=16>

Танцювальна розминка:

<https://www.youtube.com/watch?v=Y02I4nZjRag>

Вправи на розвиток фізичних якостей:

[https://www.youtube.com/watch?v=dvnTWA7Ru64](https://www.youtube.com/watch?v=dvnTWA7Ru64%20)

Домашнє завдання:

Виконати вправи руханки:

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