Дата: 10.11.2021

Клас: 11А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: ТБ під час виконання гімнастичних вправ. Техніка виконання повороту кругом в русі. Техніка виконання "сід кутом" -акробатика (д.), акробатика (хл.)-техніка виконання стійки на руках (з допомогою). Танцювальні вправи. Рівновага.

Про матеріал:

Правила безпеки під час дистанційного навчання на уроці :

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

Техніка виконання повороту кругом в русі:

<https://www.youtube.com/watch?v=2_nW2LYWxEQ>

Техніка виконання акробатичних вправ:

<https://www.youtube.com/watch?v=_NaH9zWhzyU>

Вправи на рівновагу:

<https://www.youtube.com/watch?v=VeZnivCnV8Q>

Домашнє завдання:

Виконати руханку з Д. Монатиком:

<https://www.youtube.com/watch?v=49YaIr0hPZo&list=RDCMUCVF4WEjn1hufd-pkmPoVe-Q&index=4>