Дата: 19.11.2021

Клас: 11А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

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

Про матеріал:

Повторити техніку безпеки з фізичної культури під час дистанційного навчання:

<https://www.youtube.com/watch?v=3auqI9qlu6k>

Повторити комплекс акробатичних вправ:

<https://www.youtube.com/watch?v=FPGI8L9vOec>

Вправи на розвиток координації:

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

Вправи на розвиток фізичних якостей:

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

Повторити вправи руханки:

<https://www.youtube.com/watch?v=aPD5L_SAKJk>

Домашнє завдання:

Виконати вправи ранкової гімнастики:

<https://www.youtube.com/watch?v=Y_BpBmH5DmY>