Дата: 23.10.2021

Клас: 11А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Підсумкоий урок. Загальнорозвиваючі та спеціальні легкоатлетичні вправи. Повторення вивченого матеріалу.

Про матеріал:

Закріплення комплексу фізичних вправ:

<https://www.youtube.com/watch?v=hkisn6TrdQE&t=4s>

Вправи на віджимання:

<https://www.youtube.com/watch?v=EpNMIaj7N1U>

Легка атлетика (техніка виконання стартів):

<https://www.youtube.com/watch?v=e-OdPC4rufE>

Домашнє завдання:

Пройти тест:

<https://www.youtube.com/watch?v=8UbzrLXUO_A>