Дата: 27.04.2022

Клас: 11А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Загальнорозвиваючі та спеціальні легкоатлетичні вправи. Повторити низький та високий старти з пробіжкою до 60 м, біг по повороту (техніка бігу). Метання м'яча в ціль з коліна з відстані 15 м. Біг у чергуванні з ходьбою.

Про матеріал:

Техніка безпеки з фізичної культури під час дистанційного навчання:

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

Техніка високого старту:

<https://www.youtube.com/watch?v=D7ZoMq9m-94>

Техніка низького старту:

<https://www.youtube.com/watch?v=s1aQAcE4qsg>

Техніка метання малого м'яча:

<https://www.youtube.com/watch?v=hRqG1WxMF4Q>

Домашнє завдання:

Повторити техніку метання малого м'яча:

<https://www.youtube.com/watch?v=hRqG1WxMF4Q>