Дата: 30.05.2022

Клас: 11А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Загальнорозвиваючі та  спеціальні легкоатлетичні вправи. Самостійна розминка. Метання м'яча на дальність. Біг з подоланням перешкод.

Про матеріал:

Техніка безпеки з фізичної культури під час дистанційного навчання:

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

Біг з перешкодами для розвитку спритності:

<https://www.youtube.com/watch?v=Okwcggmvx0s>

Метання м'яча на дальність:

<https://www.youtube.com/watch?v=YggxRP6teL4>

Домашнє завдання:

Виконати біг з подоланням перешкод до 10 хв.