Дата: 01.06.2022

Клас: 8Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Загальнорозвиваючі та спеціальні легкоатлетичні вправи. Самостійна розминка. Крос.

Про матеріал:

ТБ під час виконання фізичних вправ у домашніх умовах:

<https://www.youtube.com/watch?v=Cp6JmkqCQfI>

Основні спеціальні бігові вправи:

<https://www.youtube.com/watch?v=ajVP9wLLVKo>

Кросова підготовка:

https://www.youtube.com/watch?v=Y7YhwHoyOQU

Домашнє завдання:

Виконати самостійну розминку .