Дата: 02.05.2022

Клас: 8Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Загальнорозвиваючі та спеціальні легкоатлетичні вправи. Естафетний біг. Метання м'яча на дальність та в ціль. Біг з подоланням перешкод.

Про матеріал:

Техніка безпеки з фізичної культури під час дистанційного навчання:

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

Основні спеціальні бігові вправи:

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

Техніка метання малого м'яча:

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

Біг з перешкодами для розвитку спритності

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

Домашнє завдання:

Повторити біг з перешкодами

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