Дата: 04.05.2022

Клас: 8Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Загальнорозвиваючі та спеціальні легкоатлетичні вправи. Техніка бігу по повороту та по дистанції, фінішування. Метання м'яча. Біг у чергуванні з ходою.

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>

Різновиди ходьби та бігу

<https://www.youtube.com/watch?v=zFc_K9EPvws>

Домашнє завдання:

Повторити різновиди ходьби та бігу:

<https://www.youtube.com/watch?v=zFc_K9EPvws>