Дата: 11.05.2022

Клас: 8Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: .Загальнорозвиваючі та спеціальні легкоатлетичні вправи. Біг 100м. Метання гранати на дальність і в ціль. Кросова підготовка.

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 і гранати:

<https://www.youtube.com/watch?v=dhRlpmoTq74>

Домашнє завдання:

Кросова підготовка:

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