Дата: 18.04.2022

Клас: 8Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Загальнорозвиваючі та спеціальні легкоатлетичні вправи. Метання малого м'яча у ціль з коліна. Вправи з набивання м'ячем.

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>

Вправи з малим м'ячем:

<https://www.youtube.com/watch?v=ct8K5pozfx4>

Домашнє завдання:

Повторити техніку метання малого м'яча:

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