Дата: 20.10.2021

Клас: 9А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Теорія БЖД. Урок розвитку фізичних якостей або повторення пройденого матеріалу.

Про матеріал:

Рекомендації щодо дотримання техніки безпеки при самостійном виконуванні фізичних вправ в домашніх умовах на період карантину:

<https://www.youtube.com/watch?v=Cp6JmkqCQfI&amp;t=92s>

Техніка метання малого м'яча на дальність:

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

Біг з перешкодами для розвитку спритності:

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

Домашнє завдання:

Виконати комплекс вправ: <https://www.youtube.com/watch?v=0Jpn6UvraBo&t=97s>