Дата: 19.01.2022

Клас: 9А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Техніка та тактика гри в баскетбол (передача і ловіння м’яча у русі; ведення м’яча зі зміною швидкості, напрямку та висоти відскоку м’яча).

Про матеріал:

Рекомендації щодо дотримання техніки безпеки при самостійном виконуванні фізичних вправ в домашніх умовах : <https://www.youtube.com/watch?v=j7znfhEZ41I>

Комплекс вправ для ранкової гімнастики (розвиток фізичних якостей) :

<https://www.youtube.com/watch?v=YArvGEk8c6c>

Вправи для відпрацювання техніки ведення м'яча у баскетболі:

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

Домашнє завдання:

Повторити вправи для відпрацювання техніки ведення м'яча <https://www.youtube.com/watch?v=PLGL5-hkNUs>