Дата: 19.11.2021

Клас: 9Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Теорія БЖД. Розвиток фізичних якостей. Повторення вивченого матеріалу.

Про матеріал:

Техніка безпеки з фізичної культури під час дистанційного навчання:

<https://www.youtube.com/watch?v=3auqI9qlu6k>

Повторити комплекс акробатичних вправ:

<https://www.youtube.com/watch?v=FPGI8L9vOec>

Повторити вправи на рівновагу:

<https://www.youtube.com/watch?v=JSlDosW1IWs>

Вправи на розвиток фізичних якостей засобами гімнастики:

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

Вправи на розвиток координації:

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

Домашнє завдання:

Виконати вправи ранкової гімнастики:

<https://www.youtube.com/watch?v=Y_BpBmH5DmY>