Дата: 23.02.2022

Клас: 9Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: ТБ. Пересування гравців у нападі у швидкому прориві. Комплекс ЗВР та вправ з набивним м'ячем. Кидок м'яча у кошик після ловлення та ведення м'яча. Кидок м'яча у стрибку.

Про матеріал:

Ранкова гімнастика вдома. Руханка зі стільцем:

<https://www.youtube.com/watch?v=hkisn6TrdQE&t=4s>

Комплекс ЗРВ з м'ячем:

<https://www.youtube.com/watch?v=ukoNh7uwnuc>

Кидки м'яча в кошик:

<https://www.youtube.com/watch?v=YHsfCinF6RQ>

Баскетбол вдома. Дистанційне навчання.

<https://www.youtube.com/watch?v=Ku8OsU21myw>

Домашнє завдання:

Повторити тактику гри в баскетболі:

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