Дата: 23.05.2022

Клас: 9Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Повільний біг. Загальнорозвивальні та спеціальні легкоатлетичні вправи. Стрибки у довжину з розбігу. Оздоровчий рівномірний біг.

Про матеріал:

Техніка безпеки з фізичної культури під час дистанційного навчання:

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

Біг вдома:

<https://www.youtube.com/watch?v=CMWnCBPs5hc>

Спеціальні бігові вправи:

<https://www.youtube.com/watch?v=xlQFpTJLv5w>

Виконання стрибка у довжину з розбігу:

<https://www.youtube.com/watch?v=NVG9d2K2A-M>

Домашнє завдання:

Виконати стрибки у довжину з розбігу.