Дата: 25.04.2022

Клас: 9А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: ТБ. Повільний біг. Загальнорозвивальні та спеціальні легкоатлетичні вправи. Вправи загальної фізпідготовки. Розвиток фізичних якостей. Стрибки у висоту з розбігу способом "переступання".

Про матеріал:

Техніка безпеки з фізичної культури під час дистанційного навчання:

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

Основні спеціальні бігові вправи:

<https://www.youtube.com/watch?v=ajVP9wLLVKo>

Стрибки у висоту з розбігу способом "переступання:

<https://www.youtube.com/watch?v=6VoRXDPWQBs>

Домашнє завдання:

Повторити техніку стрибка у висоту з розбігу способом "переступання:

<https://www.youtube.com/watch?v=6VoRXDPWQBs>