Дата: 25.05.2022

Клас: 9А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Повільний біг. Загальнорозвивальні та спеціальні легкоатлетичні вправи. Біг на 1000м (дів) та 1500м (хл).

Про матеріал:

Техніка безпеки з фізичної культури під час дистанційного навчання:

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

Спеціальні бігові вправи:

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

Біг на середні дистанції. Техніка виконання .

<https://www.youtube.com/watch?v=t552Rrld8J4>

Домашнє завдання:

Виконати бігові вправи:

<https://www.youtube.com/watch?v=11mPqN1MELg>