Дата: 27.04.2022

Клас: 9А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Повільний біг. Загальнорозвивальні та спеціальні легкоатлетичні вправи. Біг 2х60м. Біг по повороту 20-30 м. Метання малого м'яча на дальність з місця в коридорі 10 м. Біг у чергуванні з ходою-до 8 хв.

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>

Метання малого м'яча у вертикальну ціль з місця:

<https://www.youtube.com/watch?v=HrTJ17rBzDA>

Домашнє завдання:

Закріпити метання малого м'яча у вертикальну ціль з місця:

<https://www.youtube.com/watch?v=HrTJ17rBzDA>