Дата: 27.05.2022

Клас: 9А

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: Теорія БЖД. Урок розвитку фізичних якостей або урок повторення пройденого матеріалу в ігровій формі.

Про матеріал:

Техніка безпеки з фізичної культури під час дистанційного навчання:

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

Як дихати під час бігу:

<https://www.youtube.com/watch?v=00L85XvFeUo>

Основні спеціальні бігові вправи:

<https://www.youtube.com/watch?v=tz2TOMqE8YQ>

Різновиди стрибків:

<https://www.youtube.com/watch?v=HQIA67GY-sA>

Домашнє завдання:

Виконати серію стрибків на дальність з місця та розбігу.