Дата: 28.03.2022

Клас: 9Б

Предмет: Фізичне виховання

Вчитель фізкультури : Москаленко Віталій Іванович

Тема: ТБ. Комплекс ЗРВ у русі та на місці. Кидки м'яча після ведення та ловлення м'яча з одного або двох кроків зверху та знизу.Кидок у стрибку після ведення та ловлення м'яча. Обігравання 1х1,2х2.

Про матеріал:

ТБ під час виконання фізичних вправ у домашніх умовах:

<https://www.youtube.com/watch?v=Cp6JmkqCQfI>

Ведення м'яча, вправа "Вісімка":

<https://www.youtube.com/watch?v=cG3HVN-QVuw&t=13s>

Вправи для відпрацювання техніки кидка м'яча у баскетболі:

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

Дриблінг. Контроль м'яча:

<https://www.youtube.com/watch?v=Pl_RGoTF4qU>

Домашнє завдання:

Переглянути відео "Кращі кидки у баскетболі":

<https://www.youtube.com/watch?v=evC47gbAJcY&t=54s>