

22-23.10.25

Клас : 4-Б

Тема : Футбол

Комплекс загальнорозвиваючих вправ на місці

<https://www.youtube.com/watch?v=C3M2T5Hlh3o&t=43s>

Вправи виконувати за своїм самопочуттям, слідувати за ЧСС. Звертати увагу на правильність виконання вправи.

ЗРВ в русі

<https://www.youtube.com/watch?v=SFUTAvziq28>

Виконувати в повільному темпі. Учні ,які відносяться до спеціальної медичної групи виконують вправи за самопочуттям.

Повторити правила гри у футбол

<https://www.youtube.com/watch?v=NEPH4fDoFxc>

Звернути увагу на техніку виконання ведення м'яча

<https://www.youtube.com/watch?v=ecxp4OemqAY>