

13 тиждень

7 класс

Урок № 38

Тема: «Волейбол»

1. Комплекс загально-розвиваючих вправ :
https://www.youtube.com/watch?v=jAV-7z-Y9gA&list=WL&index=5&ab_channel=%D0%86%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%B9%D0%BA%D0%BE
2. Верхня пряма подача у волейболі (для перегляду, якщо є бажання та умови, можна виконувати) :
https://www.youtube.com/watch?v=YALhKrucfkE&ab_channel=%D0%9A%D0%B0%D1%84%D0%B5%D0%B4%D1%80%D0%B0%D0%A4%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B0%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0
3. Надіслати фото, відео ваших довільних фізичних вправ (тренування, повільні пробіжки, фітнес, спортивні ігри, вправи на тренажерах та інше) на електронну пошту до 19.12.2022 включно

Е-mail : alyonaoveshko@gmail.com та vadimtkachenko62@gmail.com
Слава Україні