

25 тиждень

7 клас

Урок № 76

Тема: «Баскетбол»

1. Загальнорозвиваючі вправи :

https://www.youtube.com/watch?v=rO-Mu7XRdOs&ab_channel=%D0%A1%D0%B2%D1%8F%D1%82%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%80%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BD%D0%B0%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%B0-%D1%96%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B0%D1%82No12

2. Навчальний норматив : штрафний кидок у баскетболі (для перегляду, якщо є бажання та умови, можна виконувати):

https://www.youtube.com/watch?v=gU7bwJERrrw&ab_channel=%D0%94%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D1%96%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%B8%D0%B7%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B8

3. ДЗ: повільний біг до 3 мін.

Зворотній зв'язок: vadimtkachenko62@gmail.com

alyonaoveshko@gmail.com