

Фізична культура 4 клас 2024-2025 н.р.

Зворотній зв'язок

Якщо не зрозуміла тема, або виникли питання стосовно завдань, ти завжди зможеш звернутися по допомогу написавши на електронну пошту fizvuxovana@gmail.com або заповнити форму зворотнього зв'язку.

[Форма зворотнього зв'язку](#)

№	Завдання	Додаткові інструменти
1	ОВ. ЗРВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. <i>Елементи футболу</i> —удари м'яча вивченими способами на точність; фінти “відходом”, “ударом”, “зупинкою”; віднімання м'яча вибиванням у суперника. Гра в міні-футбол.	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=o1Vm87pXA0s https://www.youtube.com/watch?v=NuK_M7GmSd4 https://www.youtube.com/watch?v=NA7Atbv4n_I
2	ОВ. ЗРВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. <i>Елементи футболу</i> —удари м'яча вивченими способами на точність; фінти “відходом”, “ударом”, “зупинкою”; віднімання м'яча вибиванням у суперника. Гра в міні-футбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=o1Vm87pXA0s https://www.youtube.com/watch?v=NuK_M7GmSd4 https://www.youtube.com/watch?v=ftPP50_xpAE
3	ОВ. ЗРВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. <i>Елементи футболу</i> —удари м'яча вивченими способами на точність; фінти “відходом”, “ударом”, “зупинкою”; віднімання м'яча вибиванням у суперника. Гра в міні-футбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=o1Vm87pXA0s https://www.youtube.com/watch?v=Wq38o2GbIWU https://www.youtube.com/watch?v=bnXk0n_q_R4
4	ОВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи баскетболу - ловіння і передачі м'яча двома руками від грудей на місці та в русі (у парах, трійках, колонах); ловіння і передачі м'яча однією рукою від плеча; ведення м'яча правою і лівою рукою із зміною напрямку, швидкості, висоти відскоку, з обведенням стійок; кидки м'яча у кошик з близьких та середніх дистанцій однією рукою від плеча. Гра в міні-баскетбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=o1Vm87pXA0s https://www.youtube.com/watch?v=5ffv5t0j5eY https://www.youtube.com/watch?v=EOfEmjtSi_M
5	ОВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи баскетболу - ловіння і передачі м'яча двома руками від грудей на місці та в русі (у парах, трійках, колонах); ловіння і передачі м'яча однією рукою від плеча; ведення м'яча правою і лівою рукою із зміною напрямку, швидкості, висоти відскоку, з обведенням стійок; кидки м'яча у кошик з близьких та середніх	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=9VquklTTGfs https://www.youtube.com/watch?v=5ffv5t0j5eY https://www.youtube.com/watch?v=4UmWDPLBTdE

	дистанцій однією рукою від плеча. Гра в міні-баскетбол	
6	ОВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи баскетболу - ловіння і передачі м'яча двома руками від грудей на місці та в русі (у парах, трійках, колонах); ловіння і передачі м'яча однією рукою відплеча; ведення м'яча правою і лівою рукою із зміною напрямку, швидкості, висоти відскоку, з обведенням стійок; кидки м'яча у кошик з близьких та середніх дистанцій однією рукою від плеча. Гра в міні-баскетбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=9VquklTTGfs https://www.youtube.com/watch?v=5ffv5t0j5eY https://www.youtube.com/watch?v=EOfEmjtSi_M
7	ОВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи баскетболу - ловіння і передачі м'яча двома руками від грудей на місці та в русі (у парах, трійках, колонах); ловіння і передачі м'яча однією рукою від плеча; ведення м'яча правою і лівою рукою із зміною напрямку, швидкості, висоти відскоку, з обведенням стійок; кидки м'яча у кошик з близьких та середніх дистанцій однією рукою від плеча. Гра в міні-баскетбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=9VquklTTGfs https://www.youtube.com/watch?v=xwoUwEf_sul https://www.youtube.com/watch?v=9teLzF_vquM
8	ОВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи баскетболу - ловіння і передачі м'яча двома руками від грудей на місці та в русі (у парах, трійках, колонах); ловіння і передачі м'яча однією рукою від плеча; ведення м'яча правою і лівою рукою із зміною напрямку, швидкості, висоти від скоку, з обведенням стійок; кидки м'яча у кошик з близьких та середніх дистанцій однією рукою від плеча. Гра в міні-баскетбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=N8whtIjP2R0 https://www.youtube.com/watch?v=xwoUwEf_sul https://www.youtube.com/watch?v=SeHxDiFjC_Q
9	ОВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи баскетболу - ловіння і передачі м'яча двома руками від грудей на місці та в русі (у парах, трійках, колонах); ловіння і передачі м'яча однією рукою відплеча; ведення м'яча правою і лівою рукою із зміною напрямку, швидкості, висоти від скоку, з обведенням стійок; кидки м'яча у кошик з близьких та середніх дистанцій однією рукою від плеча. Гра в міні-баскетбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=N8whtIjP2R0 https://www.youtube.com/watch?v=xwoUwEf_sul https://www.youtube.com/watch?v=SeHxDiFjC_Q
10	ОВ. ЗРВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи гандболу. Ловіння м'яча двома руками; передачі м'яча однією рукою на місці (в парах, трійках, колі); кидок м'яча зігнутою рукою зверху; ведення м'яча правою і лівою рукою. Гра в міні-гандбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk3PB https://www.youtube.com/watch?v=M_RXIE2mzJg https://www.youtube.com/watch?v=kgG9JyhCF7c https://www.youtube.com/watch?v=vmNow5ZijOM

11	ОВ. ЗРВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи гандболу. Ловіння м'яча двома руками; передачі м'яча однією рукою на місці (впарах, трійках, колі); кидок м'яча зігнутою рукою зверху; ведення м'яча правою і лівою рукою. Гра в міні-гандбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=M_RXIE2mzJg https://www.youtube.com/watch?v=kgG9JyhCF7c https://www.youtube.com/watch?v=vmNow5ZijOM
12	ОВ. ЗРВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи гандболу. Ловіння м'яча двома руками; передачі м'яча однією рукою на місці (впарах, трійках, колі); кидок м'яча зігнутою рукою зверху; ведення м'яча правою і лівою рукою. Гра в міні-гандбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=FFbNlapqBo https://www.youtube.com/watch?v=EAXWIbxeShg https://www.youtube.com/watch?v=r3WAlBgUwF8
13	ОВ. ЗРВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи гандболу. Ловіння м'яча двома руками; передачі м'яча однією рукою на місці (впарах, трійках, колі); кидок м'яча зігнутою рукою зверху; ведення м'яча правою і лівою рукою. Гра в міні-гандбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=FFbNlapqBo https://www.youtube.com/watch?v=EAXWIbxeShg https://www.youtube.com/watch?v=r3WAlBgUwF8
14	ОВ. ЗРВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи гандболу. Ловіння м'яча двома руками; передачі м'яча однією рукою на місці (впарах, трійках, колі); кидок м'яча зігнутою рукою зверху; ведення м'яча правою і лівою рукою. Гра в міні-гандбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=ENbkigHpE4U https://www.youtube.com/watch?v=r3WAlBgUwF8 https://www.youtube.com/watch?v=fa7743PINKI
15	ОВ. ЗРВ. Вправи для формування навичок володіння великим м'ячем. Елементи гандболу. Ловіння м'яча двома руками; передачі м'яча однією рукою на місці (впарах, трійках, колі); кидок м'яча зігнутою рукою зверху; ведення м'яча правою і лівою рукою. Гра в міні-гандбол	Т.Б. https://www.youtube.com/watch?v=b3zKeYlkCEk ЗРВ https://www.youtube.com/watch?v=ENbkigHpE4U https://www.youtube.com/watch?v=fa7743PINKI https://www.youtube.com/watch?v=r3WAlBgUwF8