

7 тиждень

7 клас

Урок № 21 (13.10.25.-17.10.25.)

Тема: «Панна»

1. Загальнорозвиваючі вправи:

https://www.youtube.com/watch?v=zTpdIzg2CSs&ab_channel=%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%9B%D1%96%D1%80%D1%83%D0%BA

2. Удосконалення техніки жонгливання м'яча (для перегляду, якщо є бажання та умови, можна виконувати):

https://www.youtube.com/watch?v=dQDqowl7QsM&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: віджимання від підлоги

Е-mail Ткаченко В.М.: vadimtkachenko62@gmail.com

Слава Україні