клас 11 а предмет: фізична культура вчитель: Рубан Д.М.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| дата | тема | посилання | практичне |
| 30.03 | Легка атлетика | Youtube канал: техніка низького старту | Низький старт |
| 1.04 | ЗФП | Youtube канал: руханка з Лесею Нікітюк | руханка |
| 3.04 | футбол | Youtube канал: техніка гри у футбол.академія амстердам. | Техніка ударів по мя’чу |
| 6.04 | ЗФП | Youtube канал: руханка з Данею Вегасом | руханка |
| 8.04 | Легка атлетика | Youtube канал: легка атлетика. Біг. | Низький старт |
| 10.04 | футбол | Youtube канал: технічні елементи в футболі. | ведення мя’ча |
| 13.04 | ЗФП | Youtube канал: руханка з Олександром Усиком | Руханка |
| 15.04 | Легка атлетика | Youtube канал: 5 вправ для покращення техніки бігу. | естафета |
| 17.04 | футбол | Youtube канал: FIFA 20 як грати в захисті “туторіал» | зупинки мя’ча |
| 22.04 | ЗФП | Youtube канал: руханка з Наталію Годунко | Руханка |
| 24.04 | Легка атлетика | Youtube канал: техніка стрибка у довжину з місця | Стрибок у довжину з місця |
| 27.04 | футбол | Youtube канал: 3 простих фінта для дітей. | Набивання мя’ча ногою. |
| 29.04 | ЗФП | Youtube канал: руханка з Півоваровим Артемом | руханка |
| 4.05 | Легка атлетика | Youtube канал: спеціально-бігові вправи від Юрія Клима. | спеціально-бігові вправи |
| 6.05 | футбол | Youtube канал: техніка відбивання м’ яча Тренування воротаря | техніка гри воротаря в футболі |
| 8.05 | ЗФП | Youtube канал: руханка з Юлею Сахневич | руханка |
| 13.05 | Легка атлетика | Youtube канал: техніка бігу з високого старту. | Високий старт |
| 15.05 | футбол | Youtube канал: як бити штрафні удари та НАКЛБОЛИ в FIFA | Тактичні діі в футболі |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |