13 апреля 2020 Физическая культура

Тема. Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы, правой и левой рукой. Подвижная игра «Точно в цель». Тестирование виса на время.

Изучение нового материала.

1. Выполнить комплекс ОРУ.
2. Просмотреть 1 видео : <https://www.youtube.com/watch?time_continue=5&v=P_Eip3yozNQ&feature=emb_logo>
3. Провести тест.
4. Просмотреть видео 2 : <https://www.youtube.com/watch?v=O8esgGQhBg0&feature=emb_logo>