

Матеріали для дистанційного навчання з фізичної культури

№ зп	Тема/посилання
1.	Ранкова руханка з м'ячем https://www.youtube.com/watch?v=Sj2_m67PfAk&fbclid=IwAR3jNdQznVnKGeDRXT3MCiM-pDYqImEJL6liXc20vDJ_nm wzms0ly8D-X8
2.	Вправи для швидких дій та прийняття рішень у футболі https://www.youtube.com/watch?v=VQVDcR3Haag&fbclid=IwAR2IKIXKHrah4jp7FoPYi8sew1XA3nBSJ9VfRLoDT9_yqOR9DTysjIQ4Zko
3.	Стрибок у довжину з місця https://www.youtube.com/watch?v=aRbjf-iwwnw&fbclid=IwAR2xPFAaMvzlp6EP6LvqqfZrqPMjflAi_fQQFmQzh6phdBbNM8U5UCJBRh8
4.	Презентація з легкої атлетики у форматі відео https://www.facebook.com/groups/366206647423979/permalink/530969597614349/
5.	Спеціальні бігові вправи https://www.youtube.com/watch?v=tz2TOMqE8YQ&fbclid=IwAR3rS-Tu7A0rinIAyBRHS20BJ7qcskqwscXgNcdofXwlmLZwaOR7RARPHDM
6.	Плавання: програма тренувань https://www.youtube.com/watch?v=XxZ5NF7Tka0&fbclid=IwAR21pHZpTaxRvG5J0S4dXVIngG3fLcrUolHmnaF8ItXkTqNqnG2FfWAs-co
7.	Вправи з м'ячем https://www.youtube.com/watch?v=-GxKXUyjGnl&fbclid=IwAR0-zh7zX3JQ6Q-K4NFa2i2LSZE1ZsLzNm7z0rsmhoD_S7JCWe6ahW-wj8
8.	Вправи з м'ячем https://www.youtube.com/watch?v=tiZ7iRUdztQ&fbclid=IwAR3fckQfZ8mfjGZYfJaU8-ceo8uDUYP7aT6gHQ8ZJoGOoRLe9m1iZGmeP_g
9.	Дистанційне навчання з фізичної культури. Комплекс вправ у парах. https://www.youtube.com/watch?v=yQzUeVSeezg&fbclid=IwAR03ZmfPEwRpmYqHUGF_7QmPbEBxD7Y2JPEictVIVjTdd6BSn7y2Ek5qIVc
10.	Колове тренування легкоатлетів https://www.youtube.com/watch?v=fwj6d5yEUjs
11.	Ранкова руханка від Катерини Серебрянської https://www.youtube.com/watch?v=Y7aPB2BJ4zs
12.	Воркаут: комплекс вправ https://www.youtube.com/watch?v=lc1Ag9m7XQo&fbclid=IwAR1DmBn8iLiKjTSZF4iXgdS_J45HQQceUvXwhkmpfmk7BOIx_WwjmiFtH9I
13.	Веселі вправи https://www.youtube.com/watch?v=5eie_sJTZ1Y&fbclid=IwAR2ZfuVwRmWYvYfPUGtGzNFXMHwNaFBFb3Cw5No9VJsfdtjvofsR96olz-g
14.	Вузли туристичні https://www.youtube.com/watch?v=kduw6gQ-qtA&fbclid=IwAR24XqNSOuSaNIzuvzTuAzU2atDYZZbfTgJocgEvlduSkkBV9rc21e1W874
15.	Вправи для пресу https://www.youtube.com/watch?v=-FmYY1_We_M&fbclid=IwAR0t_n8Pa9494f-LASuoZnrgdP8iZ4BzhKwtSXvlUhz6Bo-PwbmbYYuew4k

16.	Навчальні загадки на спортивну тему https://naurok.com.ua/test/zagadki-pro-sport-263482.html?fbclid=IwAR2uhwsbliVMIJEaiaxBfnD9beJlaoBaQ0b1nT_zzqmRbh0BUUnlRdsIGzzQ
17.	Вправи з м'ячем в домашніх умовах https://www.youtube.com/watch?v=S7bObc_0kIE&fbclid=IwAR06SsJDkL2_JIDB_jF-CacBPyaq1vLbJG55bKmB8IUyZnPHW-gb77R0USs
18.	Футбольне тренування в домашніх умовах https://www.youtube.com/watch?v=kXofG5GuNNM&fbclid=IwAR2A3amE81_sS7Dd4AedaQrXqA2-IEWLthpnqsP3lwAt9BI_svNFSoZ1HqE
19.	Олімпійські ігри. Історія та сучасність. https://www.youtube.com/watch?v=fo3bvqwVx6A&list=PLcY0ewIV69yZSZrvlig8VkNTt520epdx6&fbclid=IwAR2dlw9S2nhGhtxiPm-RA-vKb1PQqhr_I5vPKgUi_cWXhglplFczYs6ECU
20.	Руханка https://www.youtube.com/watch?v=h3TDubZen3E&fbclid=IwAR0iYlcyA9QKu6wlgmmWoJT3bz43UB46bHIIWyHdUPno7ekxxErkBA2V7fk
21.	Спортивні ігри для дому https://www.youtube.com/watch?v=rR-cU9Dikxo&fbclid=IwAR1rCTZ3QyGa0tBjl9ccbX-sAwJCgbXXufMA3BFibrSDKIGMAKjqBsEyV9U
22.	Ранкова руханка https://www.youtube.com/watch?v=6tv4vTC8-5g&fbclid=IwAR2vKLjbfTe_iaG7bkpYM-3P-8BMNIRmKCjGRGtJ-LxyRktlrBWCfD_Wp68
23.	Чирлідінг https://www.facebook.com/bolyak.aa/posts/3360290590666815
24.	11 футбольних термінів https://terrikon.com/posts/351273?fbclid=IwAR09G4vPGcmUCElqLOSCgyfGxctzjaYN11-9wgGAy9gXhuNh2Vu52aK034U
25.	Будь у формі https://www.youtube.com/watch?v=yTAEIwaSSbw&fbclid=IwAR1ICPvnInOhrIMk8mvcGEUu11KEJ0QcsADnuguq_htVjuaUd4NBN8UaHBQ