

Урок физической  
культуры  
в 11 “Б” классе  
МАОУ СОШ №30

Урок начинается с разминки,  
При разминке учащиеся  
занимаются лёгким бегом по залу.



После разминки начинаются упражнения для укрепления физической силы ( на данном слайде представлено-” Отжимания головой вниз”).



# Упражнения с мячом (для развития ловкости и координации движений)



Ну, а те кто, по каким-то причинам, не готов к уроку физической культуры ( или имеют освобождение от урока, по состоянию здоровья!), спокойно дожидаются окончания урока сидя на скамейках.



Над презентацией работали  
Ученики 11 “Б” класса:  
Александр Векю, Дмитрий Ламонов и Тимур Моняфов.

