

Домашние задания по физической культуре 9 класс

Домашнее задание № 1.

Заведите тетрадь по физической культуре. Составьте таблицу с рисунками «Составляющие здорового образа жизни»

Домашнее задание № 2.

Задание 1. Одним из важных элементов здорового образа жизни является двигательная активность человека. И начинаться она обязательно должна с утренней гимнастики. Напишите свою рекламу утренней гимнастике, в которой в 5–6 предложениях убедите в ее пользе и необходимости.

Задание 2. Составьте свой комплекс утренней гигиенической гимнастики, оформите его в своей тетради и выполните его.

Домашнее задание № 3.

Выполнять комплекс акробатических упражнений



Упражнения для соревнований: кто лучше выполнит наклон, прогибание, стойку.