8 клас

1.Упражнения за гръбна мускулатура и взривна сила на долни крайници.
Събития, факти и моменти от спортната история, които ни карат да се гордеем че сме българи.
Клипове с български шампиони и рекорди.

2.Видове бегови упражнения от лека атлетика. Кондиционни упражнения. Лека атлетика-бягане на къси и средни разстояния, скокове и развиване на качества.

За седмицата няма самостоятелна работа или тест.

Платформа:Teams
Приложения:Viber, Messenger
e-mail: valentina0917@abv.bg

Часовете са според седмичното разписание - 8а клас ще има един час тази седмица поради почивния петък.