

Основно училище „Иван Вазов“ с. Русокастро, Бургаска област
Работен лист - учебна седмица 29. 03 – 31. 03. 2021 г.

Физическо възпитание и спорт

Клас: 4, учебен час по седмично разписание - 1

Дата/ден от седмицата: 29. 03. 2021 – понеделник

Тема на урочната единица: Комплексно развиване сила на долни крайници и коремна мускулатура.

Моля, изгледайте видеото!

Направете упражненията и се забавлявайте!

Линк към видеото: <https://www.youtube.com/watch?v=H9QghWsnM5c>

Необходими уреди и пособия: лист, химикал (маркер, молив), ролетка, телефон (таймер).



Основно училище „Иван Вазов“ с. Русокастро, Бургаска област
Работен лист - учебна седмица 29. 03 – 31. 03. 2021 г.

Физическо възпитание и спорт

Клас: 4, учебен час по седмично разписание - 5

Дата/ден от седмицата: 30. 03. 2021 – вторник

Тема на урочната единица: Комплексно развиване на физически качества.

Ученици, изгледайте видеото!

Направете упражненията и се забавлявайте!

Линк към видеото: <https://www.youtube.com/watch?v=dxxHQhF5R2E>

Необходими уреди и пособия: стол.

