**Зразки відеосюжетів виконання комплексу фізичних вправ**

**студентами НУБіП України**

під час карантину (квітень 2020 року)

**Гуманітарно-педагогічного факультету:**

Костенко Катерина – ФілН 1-1:

https://www.youtube.com/watch?v=V7Y143nQqts&feature=youtu.be

Костенко Катерина – ФілН 1-1. Комплекс для схуднення за системою Табата:

<https://www.youtube.com/watch?v=5wISc28s8Bs&feature=share>

Бекетова Дар'я – МВ 1-1, комплекс тренування ніг та сідниць: <https://www.youtube.com/watch?v=LGU5Fr7HHww&feature=youtu.be>

Бондарчук Ілля – МВ 1-1: <https://www.youtube.com/watch?v=Ck7_kudTF3I&feature=youtu.be>

Забаштанська Валерія – МВ 1-1: <https://www.youtube.com/watch?v=Fs7iTP4af8o&authuser=0>

Боярко Марія МВ 1-1: https://www.youtube.com/watch?v=Lqxdv5mCKds&feature=youtu.be

Мельниченко Ірина – МВ 1-2. Комплекс ранкових вправ. <https://www.youtube.com/watch?v=c-3wyn93N38>

Щербина Софія – МВ 1-2. Комплекс вправ на розвиток силових якостей: <https://www.youtube.com/watch?v=617eE81tNiY&feature=youtu.be>

 Комплекс вправ на прес: <https://www.youtube.com/watch?v=JVO6nS5ANGc&feature=youtu.be>

Кузнєцова Дарія – МВ 1-2. Комплекс вправ на усі групи м’язів: <https://www.youtube.com/watch?v=YAZSs4SyQ3A&feature=youtu.be>

 Комплекс вправ на прес: <https://www.youtube.com/watch?v=N_Kz87DRKBQ>

Мороз Владислава – МВ 1-2. Комплекс вправ на усі групи м’язів: <https://www.youtube.com/watch?v=86WBrc5queo&feature=youtu.be>

Малашенко Іан – МВ 1-3: <https://www.youtube.com/watch?v=4PCApbzu70c&feature=youtu.be> Закоморна Анастасія – МВ 1-3: <https://www.youtube.com/watch?v=pg6SLXPYuCk>

Слугоцька Даріна – СР 2-2: <https://www.youtube.com/watch?v=hoLSCpq8dbY>

Маренич Анна – СР 2-2б. Комплекс 1: <https://www.youtube.com/watch?v=oCU4DmtQrII>

 Комплекс 2: <https://www.youtube.com/watch?v=C8blCP1wpEk>

Палащук Дарія – Філ 2-2: <https://www.youtube.com/watch?v=iF0_Pn4peC4&authuser=0>

Хоменко Тетяна – ФілН 2-2: <https://www.youtube.com/watch?v=nNJSV1dP0yQ&feature=youtu.be>

Чупракова Надія ФілН 2-2. Щоденне тренування на прес, 5 хвилин в день: <https://www.youtube.com/watch?v=ZuulATtnIeM&feature=youtu.be>

Закарян Анжела – ПО 2-1. Вправи для ніг та сідниць <https://www.youtube.com/watch?v=JsfsBVujuh8&feature=youtu.be>

**Економічного факультету:**

Наровицька Анна – ФіК 1-5. Вправи для усіх груп м’язів: <https://www.youtube.com/watch?v=d8it-oaG7Zc&feature=youtu.be>

Шохіна Юлія – ФіК 1-5. Вправи для усіх груп м’язів: <https://www.youtube.com/watch?v=J6XTqrTf1g4&feature=youtu.be>

Наталія Десятник – 1 курс. Вправи для усіх груп м’язів: <https://www.youtube.com/watch?v=3lrwTyVHmZo&feature=youtu.be>

Боровик Дмитро – 1 - 4: <https://www.youtube.com/watch?v=jO6SOJnMUnw&feature=youtu.be>

Побережна Вікторія – 1 - 5: <https://www.youtube.com/watch?v=hQ08w2-FrJU&feature=youtu.be>

Максименко Богдан – 1-5. Вправи з гантелею на верхню частину тіла: <https://www.youtube.com/watch?v=b3Qc3QMxTT8&feature=youtu.be>

**ННІ лісового і садово-паркового господарства:**

Школяр Владислав – ЛГ 1-2. Комплекс вправ для зміцнення м’язів живота та рук: <https://www.youtube.com/watch?v=V-enlHt8a_Y&feature=youtu.be>

**Факультет ветеринарної медицини:**

Тищук Яна – ФВМ 1-2. Як правильно виконувати комплекс вправ з важкої атлетики: <https://www.youtube.com/watch?v=UHnc_wmEccY&feature=youtu.be>

Вовк Марія – ФВМ 2-5. Комплекс 1: <https://www.youtube.com/watch?v=tOXIWuyR6ic&t=6s>

 Комплекс 2: <https://www.youtube.com/watch?v=bpAbQnf0Y5A&t=1s>

 Комплекс 3: <https://www.youtube.com/watch?v=23YzW29wx7E>

 Комплекс 4: <https://www.youtube.com/watch?v=G42zaO3hB3o>

Тарасьян – ФВМ 1-6. <https://www.youtube.com/watch?v=iKcaSvnBH98&feature=youtu.be>

Кафедра фізичного виховання

гуманітарно-педагогічного факультету

НУБіП України