13.01 3-Б клас Фізична культура Тема. Правила безпеки на заняттях. Організовуючі і загально розвивальні вправи. Комплекс вправ ранкової гімнастики. Різновиди ходьби, бігу. Вправи для розвитку сили. Рухлива гра.

Конспект уроку

1. Правила техніки безпеки під час виконання фізичних вправ вдома за посиланням

- Перегляньте уважно правила і дотримуйтесь їх.

<https://www.youtube.com/watch?v=Cp6JmkqCQfI>

2. Комплекс вправ ранкової гімнастики.

- Запрошую всіх на ранкову гімнастику.

<https://www.youtube.com/watch?v=sssjrnqPnGQ>

3. Танці з рухами для дітей.

- Спробуй повторити руханку «А ти лети в далекі світи» за посиланням

<https://www.youtube.com/watch?v=_eD21EzS5ig>

4. Ознайомлення з рухливою грою «Совонька».

Совонька

Посередині майданчика позначають «гніздо», у якому один із гравців стає

«совонькою», решта дітей розбігаються майданчиком. За сигналом «День

настає — все оживає» діти бігають майданчиком, імітуючи політ пташок. За

сигналом «Ніч настає — все завмирає» діти зупиняються. «Совонька»

«вилітає з гнізда» на «полювання» і        стежить за гравцями. Якщо хтось із

них поворухнувся, «совонька» забирає цього гравця до себе в «гніздо». За

сигналом «День наступає — все оживає» «совонька» повертається до свого

«гнізда», а учасники гри знову бігають майданчиком. Діти, які потрапили до

«гнізда», пропускають одну гру.

**Бажаю вам гарного настрою і міцного здоров’я!**