16.11. 3-Б клас Фізична культура **Тема.**Загально-розвивальні вправи з обручем. ЗФП. Ходьба «змійкою». «Чов­никовий» біг 4 х 9 м. Танцювальні кроки: приставний крок убік, уперед, назад; крок галопу. Лазіння по гімнастичній стінці однойменним та різнойменними способами.

**Опорний конспект уроку**

1.Правила техніки безпеки під час занять спортом в домашніх умовах.

[**https://youtu.be/j7znfhEZ41I**](https://youtu.be/j7znfhEZ41I)

2. Організовуючі та загальнорозвивальні вправи.

[**https://youtu.be/Ae6gaiYcFEk**](https://youtu.be/Ae6gaiYcFEk)

3. Вправи для розвитку координації.

[**https://youtu.be/NdKeA\_U78AI**](https://youtu.be/NdKeA_U78AI)

4. «Човниковий» біг.

[**https://youtu.be/8QvzSt8Q5Ng**](https://youtu.be/8QvzSt8Q5Ng)

5. Стрибки у висоту через гімнастичну палицю, гумову мотузку з місця замінимо стрибками через перешкоду.

[**https://youtu.be/vrIJj1NjiFU**](https://youtu.be/vrIJj1NjiFU)

6. Руханка.

[**https://youtu.be/cUmvYKFcP2g**](https://youtu.be/cUmvYKFcP2g)

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