**11.01 3-А Фізична культура.**

**Тема. Вправи для м’язів тулуба.**

**Мета:** повторити комплекс загальнорозвиваючих вправ в русі та на місці; вправляти дітей у виконанні підготовчих вправ, загальнорозвиваючих вправ без предметів; вправлятися у виконуванні вправ для розвитку м’язів тулуба; розвивати координацію, витривалість, увагу; закріпити вміння виконувати стройові вправи та команди; сприяти вихованню морально-вольових якостей: координації.

Переглянь відео інструкцію виконання вправ для м’язів тулуба. Виконуй вправи згідно продемонстрованого зразку.

<https://www.youtube.com/watch?v=gB9gLtmMF68>