11.11. 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.

Хід уроку

Для того, щоб ранок розпочинався з користю, рекомендуємо зайнятись разом зарядкою. І корисно і приємно. У сьогоднішніх відео діти виконають ряд фізичних вправ, які легко виконувати вдома. Ніяке обладнання чи спортзал не потрібно!

1. **Пригадайте правила техніки безпеки під час занять фізкультурою:**

<https://youtu.be/Gl04yaXfpLo>

2. **Організовуючі та загально розвивальні вправи.**

<https://youtu.be/iVaMGTVWXDY>

3. **Різновиди ходьби.**

<https://youtu.be/OO-_a_qHkSw>

4. **Бігові вправи.**

<https://youtu.be/BwnmSwHb40>I

5. **Виконайте загально розвивальні вправи з м’ячем:**

<https://youtu.be/zlxxNAiH42o>

6. **Рухлива гра.**

**Виконай веселу руханку.**

<https://youtu.be/K0jKynRlAnU>

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