

Дата: 02.04

Урок: фізична культура

Клас: 1 – А

Вчитель: Фербей В.М.

**Тема. Організовуючі вправи. Комплекс вправ ранкової гімнастики. Різновиди ходьби та бігу. Біг з різною інтенсивністю. Рухлива гра.**

**Мета:** ознайомити з бігом із різною інтенсивністю; формувати у дітей знання організовуючих і стройових вправ, знання правил шиккування в шеренгу; тренувати у виконанні організовуючих вправ та різновиди ходьби і бігу; продовжити знайомство з новими рухливими іграми; сприяти вихованню морально-вольових якостей: витривалості, сили, спритності, здорового способу життя.

### Опорний конспект уроку

#### I. ВСТУПНА ЧАСТИНА

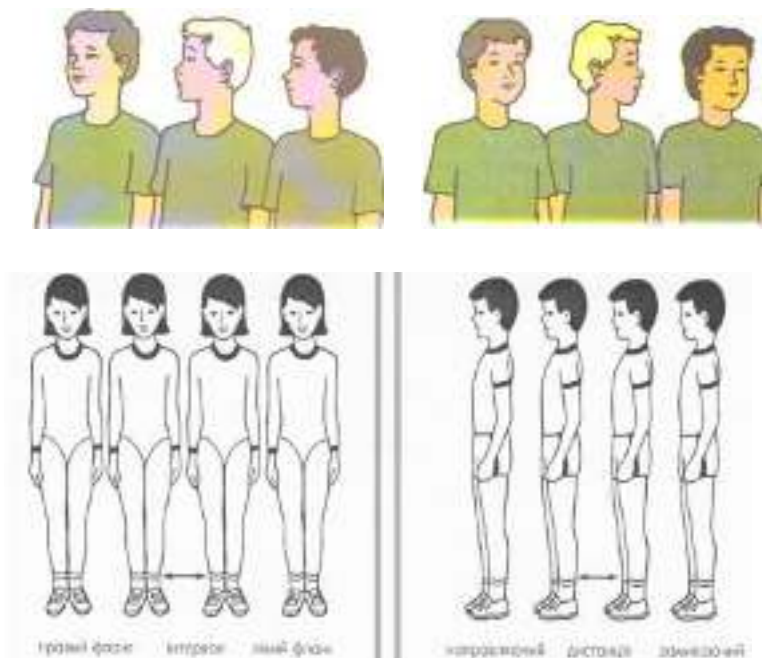
1.ТБ під час виконання фізичних вправ вдома.

<https://www.youtube.com/watch?v=haAfK10vH7s>

2. Організовуючі та стройові вправи.

А) Шиккування в шеренгу

<https://www.youtube.com/watch?v=WPwFBDLQ0xQ>



Б) Організовуючі та стройові вправи.





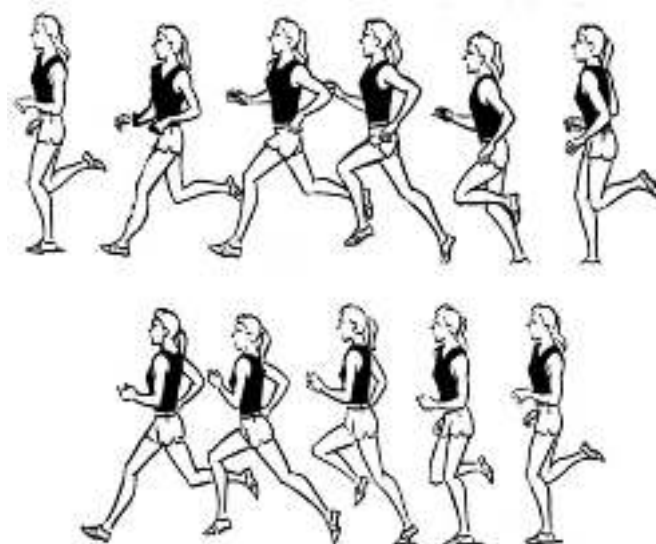
## II. ОСНОВНА ЧАСТИНА

### 1. Комплекс вправ ранкової гімнастики.

[https://www.youtube.com/watch?v=8ETG-v\\_yjNI](https://www.youtube.com/watch?v=8ETG-v_yjNI)



### 2. Біг з різною інтенсивністю.



## III. ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА

### 1. Рухлива гра «Весняні місяці».

[https://www.youtube.com/watch?v=C3z\\_xg3YfoE](https://www.youtube.com/watch?v=C3z_xg3YfoE)

### Рухлива гра "Весняні місяці"

Мета: розвивати у дітей спостережливість, рухову активність, реакцію на зміну руху, вивчати місяці весни.

Хід гри: діти повторюють рух відповідно до місяця. Ведучий називає місяць весни і робить рух, спочатку повільно, потім швидше. В кінці гри можна плутати дітей, не показувати рух.



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