***Фізична культура 02.06.2022 1-Б Старікова Н.А.***

**Тема. *Організовуючі й загально розвивальні вправи. Рухливі народні ігри та естафети. Визначення динаміки фізичної підготовленості учнів.***

**Мета:** повторити правила БЖД при виконанні вправ в домашніх умовах. Вдосконалювати навички виконання організовуючих та загально розвивальних вправ. Сприяти розвитку рухливих якостей: координації рухів; швидкості, спритності. **С**прияти формуванню у дітей позитивної мотивації до занять фізичною культурою, здорового способу життя.

**Опорний конспект уроку**

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

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

2. Різновиди ходьби та бігу**.**

[**https://youtu.be/zFc\_K9EPvws**](https://youtu.be/zFc_K9EPvws)

3. Загальнорозвивальні вправи

[**https://www.youtube.com/watch?v=fHv0nIFHMKU**](https://www.youtube.com/watch?v=fHv0nIFHMKU)

4. Рухливі народні ігри:

Гра «День та ніч» [**https://www.youtube.com/watch?v=Y8pbzgi6D5s**](https://www.youtube.com/watch?v=Y8pbzgi6D5s)

Міні-естафета [**https://www.youtube.com/watch?v=175UQjVhNPU**](https://www.youtube.com/watch?v=175UQjVhNPU)

****