***Фізична культура     12.04.2022 1-Б     Старікова Н .А.***

**Тема*. Організовуючі та загальнорозвивальні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Вправи для профілактики плоскостопості. Зупинка м’яча, що котиться, підошвою; удари внутрішньою стороною стопи по нерухомому м’ячу.  Рухлива гра.***

**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/pJYXpLJhA0M**](https://youtu.be/pJYXpLJhA0M)

3. Різновиди ходьби та бігу**.**

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

4. Вправи для профілактики плоскостопості.

[**https://youtu.be/XY7nsLOLXNU**](https://youtu.be/XY7nsLOLXNU)

5. Зупинка м’яча, що котиться, підошвою; удари внутрішньою стороною стопи по нерухомому м’ячу.

[**https://youtu.be/IVvcjU6NcVA**](https://youtu.be/IVvcjU6NcVA)

[**https://youtu.be/kuqWVdgSdp8**](https://youtu.be/kuqWVdgSdp8)

6. Руханка.

[**https://youtu.be/K0jKynRlAnU**](https://youtu.be/K0jKynRlAnU)