**Фізична культура 26.04.2022 1-Б Старікова Н. А.**

**Тема.**Організовуючі та загальнорозвивальні вправи. Вправи для розвитку швидкості. «Човниковий» біг. Стрибки у висоту з прямого розбігу. Рухливі ігри.

**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/Ae6gaiYcFEk**](https://youtu.be/Ae6gaiYcFEk)

3. Вправи для розвитку швидкості.

[**https://www.youtube.com/watch?v=1L534\_r8C3A**](https://www.youtube.com/watch?v=1L534_r8C3A)

4. «Човниковий» біг.

[**https://www.youtube.com/watch?v=RRmPDvAaCW8**](https://www.youtube.com/watch?v=RRmPDvAaCW8)

5. Стрибки у висоту з прямого розбігу.

[**https://www.youtube.com/watch?v=6VoRXDPWQBs**](https://www.youtube.com/watch?v=6VoRXDPWQBs)

6. Рухливі ігри.

Гра-руханка «Сонечко і дощик»[**https://youtu.be/\_9NbfqqJ0yc**](https://youtu.be/_9NbfqqJ0yc)

Гра-руханка «Стонога»[**https://youtu.be/ZPic2liHMkU**](https://youtu.be/ZPic2liHMkU)