19.05.22 2-Бклас ЗаярнюкС.А.Фізична культура **Підготовчі та загальнорозвивальні вправи. Визначення динаміки змін показників розвитку фізичних якостей учнів . Рухливі ігри та естафети з лазінням та перелітанням.**

**Мета:** поглибити знання учнів про види спорту; формувати інтерес до занять спортом, активного способу життя; розвивати бажання займатися спортом; розвивати пізнавальні інтереси, уміння робити висновки, узагальнювати; проектувати стратегії своєї поведінки з урахуванням інтересів та потреб інших, продуктивно співпрацювати з різними партнерами.

***Опорний конспект для учнів***

*І. Інструктаж з техніки безпеки під час занять фізичною культурою вдома.*

[***https://youtu.be/haAfK10vH7s***](https://youtu.be/haAfK10vH7s)

*ІІ. Комплекс ЗРВ.*

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

***ІІІ. Визначення динаміки змін показників розвитку фізичних якостей учнів замінимо спеціальними біговими вправами і бігом на 30 м.***

* Спеціальні бігові вправи.

[***https://youtu.be/wYyv4RMq7fA***](https://youtu.be/wYyv4RMq7fA)

* Біг на 30 м. Як правильно стартувати.

[***https://youtu.be/6lQa\_nIvV9M***](https://youtu.be/6lQa_nIvV9M)

***ІV. Рухливі ігри та естафети з лазінням та перелітанням замінимо аеробікою.***

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

**Бережіть своє Здоров’я!**