21.02.22 2-Бклас ЗаярнюкС.А.Фізична культураВправи для формування правильної постави. Вправи для витривалості.

Завдання: повторити виконання стройових команд;

комплекс вправ ранкової гімнастики;

повторити різновиди ходьби, бігу;

вправи для розвитку сили;

вправи для правильної постави.

Хід уроку

- Під час дистанційне навчання дуже не хочеться вставати з ліжка. Для того, щоб ранок розпочинався з користю, рекомендую зайнятись разом зарядкою. І корисно і приємно. У сьогоднішньому відео діти виконають ряд фізичних вправ, які легко виконувати вдома.

- Я вам пропоную виконати комплекс фізичних вправ для дітей за посиланням:

<https://www.youtube.com/watch?v=64WYxKRryGk>

Ці вправи дуже прості, але ефективні і ви зможете зробити їх вдома.