Дата: 11.11. 21

Клас: 3 – Б

Предмет: фізична культура

Вчитель: Лисенко О. Б.

Тема: Загально – розвивальні вправи з гімнастичною палицею. Танцювальні кроки.

Хід уроку

Під час карантину дуже не хочеться вставати з ліжка, особливо дітям. Для того, щоб ранок розпочинався з користю, рекомендуємо зайнятись разом зарядкою. І корисно і приємно. У сьогоднішніх відео діти виконають ряд фізичних вправ, які легко виконувати вдома. Ніяке обладнання чи спортзал не потрібно!

**1. Пригадайте правила техніки безпеки під час занять фізкультурою:**

<https://www.youtube.com/watch?v=TrvqidMnV6A>

**2. Виконайте загально – розвивальні вправи з гімнастичною палицею:**

<https://www.youtube.com/watch?v=Mrc-w9deQXo>

**3. Виконайте танцювальні кроки:**

[**https://www.youtube.com/watch?v=Y02I4nZjRag**](https://www.youtube.com/watch?v=Y02I4nZjRag)