**Дата:** 20.04.22

**Клас:** 3 – Б

**Предмет:** фізична культура

**Вчитель:** Лисенко О. Б.

**Тема: *Організовуючі вправи, ЗРВ. Різновиди ходьби та бігу. Стрибки у довжину з розбігу5 – 7 кроків способом «зігнувши ноги». Рухлива гра.***

**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=Gl04yaXfpLo>

**2. Організовуючі вправи, ЗРВ:**

<https://www.youtube.com/watch?v=XlTHEbVe5jQ>

**3. Різновиди ходьби та бігу:**

<https://www.youtube.com/watch?v=OO-_a_qHkSw>

**4. Стрибки у довжину з розбігу 5-7 кроків способом «зігнувши ноги»:**

<https://www.youtube.com/watch?v=OTkChPrHd7A>

**5. Танцювальна руханка:**

<https://www.youtube.com/watch?v=GO9xRYPWgN4>

***Бажаю вам гарного настрою та міцного здоров’я!***