Дата: 24.03.22

Клас: 3 – Б

Предмет: фізична культура

Вчитель: Лисенко О. Б.

Тема: Організовуючі вправи. Фізичні вправи для формування правильної постави. Різновиди ходьби, бігу. Вправи для розвитку гнучкості. 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:**

***Перегляньте уважно правила і дотримуйтесь їх.***

<https://www.youtube.com/watch?v=Cp6JmkqCQfI>

***2. Комплекс вправ ранкової гімнастики.***

- Запрошую всіх на ранкову гімнастику.

<https://www.youtube.com/watch?v=nCBBY4z2vwM>

***3. Танці з рухами для дітей.***

- Спробуйте повторити руханку танець за посиланням:

<https://www.youtube.com/watch?v=r44y0oKKuJs>

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