**«Фізична культура»**

**Викладач:** Рябоволова А. М.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ уроку** | **Зміст уроку** | **Завдання для учнів для самоопрацювання** |
| **22** | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.  Повторити техніку виконання перекиду вперед і назад  Вдосконалити техніку виконання вправ на колоді  Повторити техніку виконання стрибка через козла у довжину «ноги нарізно» |  |
| **23** | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.  Навчити з’єднанню елементів на брусах  Вдосконалити техніку виконання вправ на перекладині  Розвиток силових якостей |  |
| **24** | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.  Вдосконалити техніку опорного стрибка через козла, «ноги нарізно»  «Міст» з положення лежачи  Навчити вправам на колоді |  |