**«Фізична культура»**

**Викладач: Капустей Юлія Іванівна.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ уроку** | **Зміст уроку** | **Завдання для учнів для самоопрацювання** |
| 60 | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.Повторити стійку на руках із допомогою (хлопці) та «міст» нахилом назад (дівчата) в акробатиці;Повторити повороти в сторони в акробатиці;розвивати гнучкість у нахилах тулуба;  |  |
| 61 | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.Повторити техніку виконання стійки на голові (юнаки)Вдосконалити техніку стійку на лопатках (дівчата)Сприяти розвитку сили ніг |  |
| 62 | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.Повторити техніку перекидів вперед та назадВдосконалити техніку стійку на голові (юнаки)Закріплення техніки стійки на лопатках (дівчата)Сприяти розвитку сили ніг |  |