**«Фізична культура»**

**Викладач: Капустей Юлія Іванівна.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ уроку** | **Зміст уроку** | **Завдання для учнів для самоопрацювання** |
| 52 | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.  Навчати стійки на руках із допомогою (хлопці) і «мосту» нахилом назад (дівчата);  Навчати перевороту в сторону;  Розвивати швидкісно-силові здібності в стрибках зі скакалкою; |  |
| 53 | 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  Сприяти розвитку сили ніг |  |
| 54 | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.  Повторити техніку перекидів вперед та назад  Вдосконалити техніку стійку на голові (юнаки)  Сприяти розвитку сили ніг |  |