**«Фізична культура»**

**Викладач: Капустей Юлія Іванівна.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ уроку** | **Зміст уроку** | **Завдання для учнів для самоопрацювання** |
| 63 | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.  Закріпити стійку на руках із допомогою (хлопці) та «міст» нахилом назад (дівчата) в акробатиці  Закріпити повороти в сторони в акробатиці;  Розвивати гнучкість у нахилах тулуба; |  |
| 64 | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.  Повторити перекиди назад  Вдосконалити перекид вперед  Сприяти розвитку координації |  |
| 65 | Стройові вправи. Ходьба з переходом на рівномірний біг. ЗРВ в русі і на місці.  Здача нормативу стійка на голові (юнаки)  Здача нормативу стійки на лопатках (дівчата)  Сприяти розвитку сили рук |  |