Хронометраж общей и моторной плотности урока в 4 « А» классе  
20.12.2017г. Учитель физической культуры Пташкина А.А.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Вводный урок | 10% - 40% |
| 2 | Урок ознакомления с новым материалом | 20% - 40% |
| 3 | Урок разучивания нового материала | 30% - 50% |
| 4 | Урок закрепления и совершенствования учебного материала | 50% - 80% |

Место провидения: спортивный зал  
начало урока: 13:45

конец урока 14:30

количество человек -25

урок 45 минут( в течении всего урока)

10 мин. стоят  
5 мин. сидят  
30 мин. двигаются

Общая плотность = 45\*100% /45  
ОП=100%  
Вывод: с контрольными испытаниями дети справились, общая плотность 100 %