

Тема урока: Развитие скоростных качеств. Повторение высокого старта. Обучение прыжкам в высоту 30 см.

Добрый день ребята, начинаем урок физической культуры в дистанционном режиме

1) Откройте тетрадь и запишите: · на полях число, классная работа, тему урока

Задание 1 . В учебнике «Физическая культура» 1-4 класс, повторим раздел «Бег, ходьба, прыжки ,метание» абзац « Прыжки» (смотреть по оглавлению учебника).

Задание 2. Рассмотрим рисунки № 21, № 22.

Задание 3. Ответим письменно на вопросы:

1. Из чего состоит прыжок в высоту способом «перешагивание»?
2. Куда совершаются прыжки в длину и высоту на площадке?
3. Составить кроссворд из 5 слов на тему « Прыжки»

Все выполненные задания прислать на Ватсап преподавателю.