



Кузьмина Альфия Мавзутдиновна

учитель физической культуры

МБОУ «Гимназия №25»

г.Нижнекамск, Татарстан

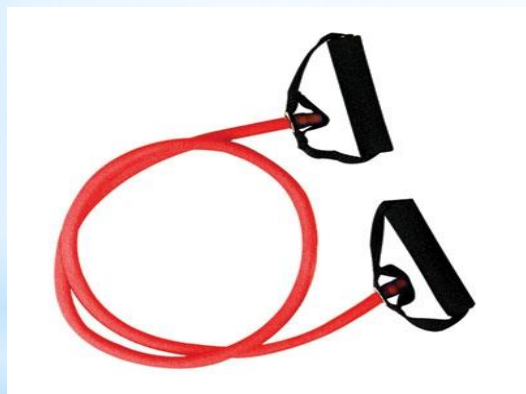
ГТО - путь к успеху!

Ты хочешь успешной карьеры, и быть готовым
защитить своих близких?

У тебя есть шанс изменить жизнь в лучшую сторону
Приходи и сдай нормативы ГТО, задумайся о будущем!

ЗАИНТЕРЕСОВАЛСЯ?



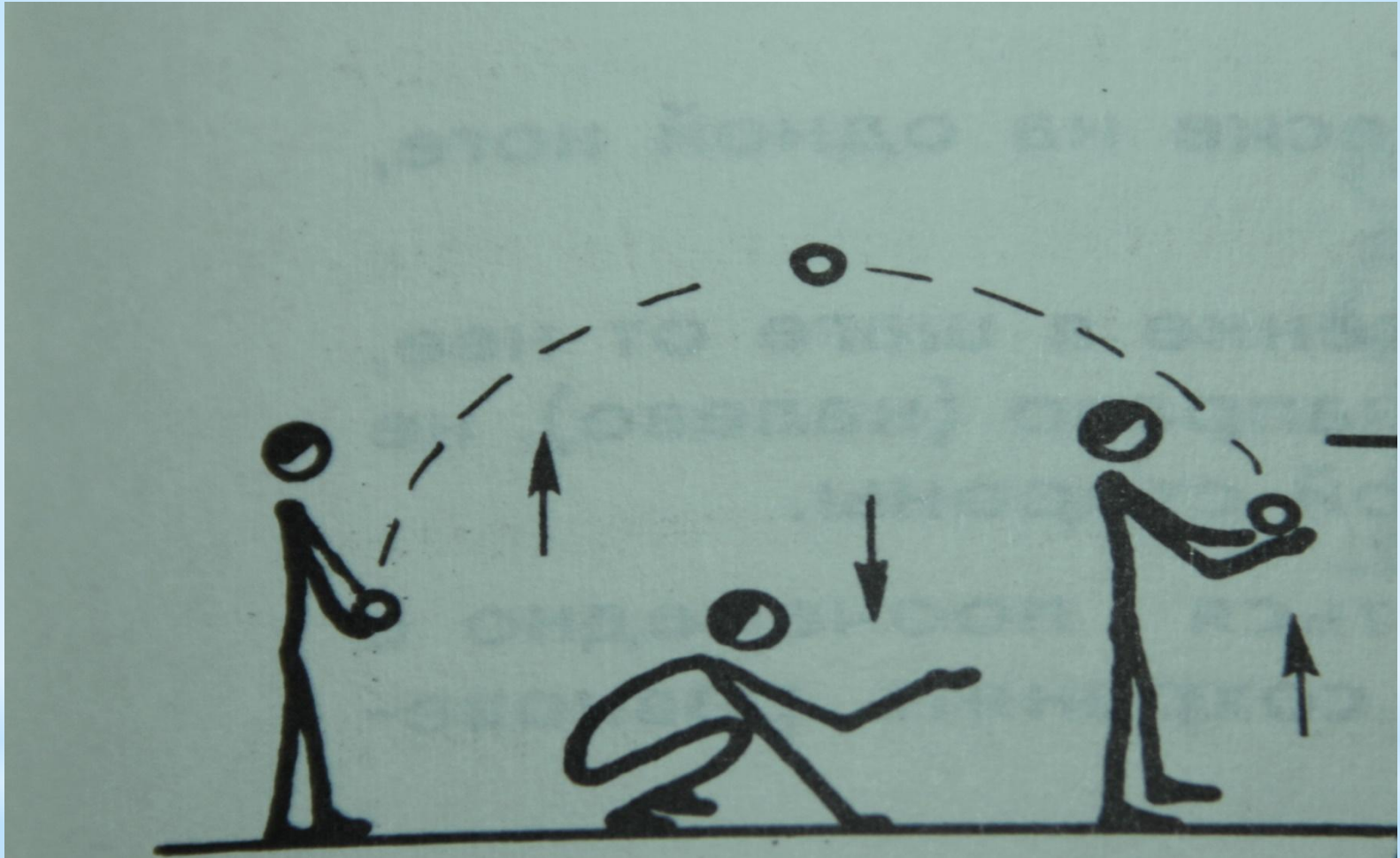


Спортивный инвентарь

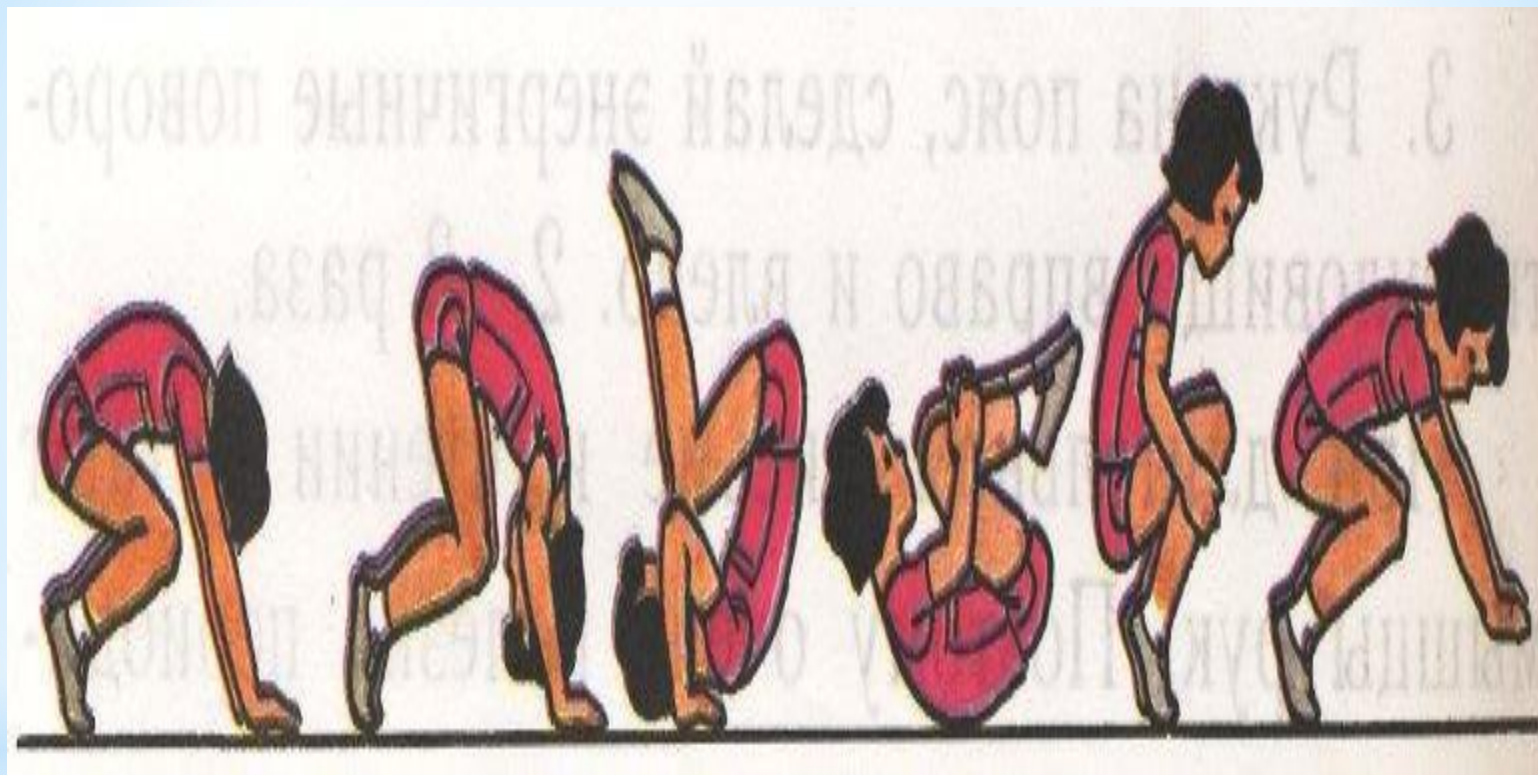
зарядка

A Dreamy World
A world where you can be anything you want to be

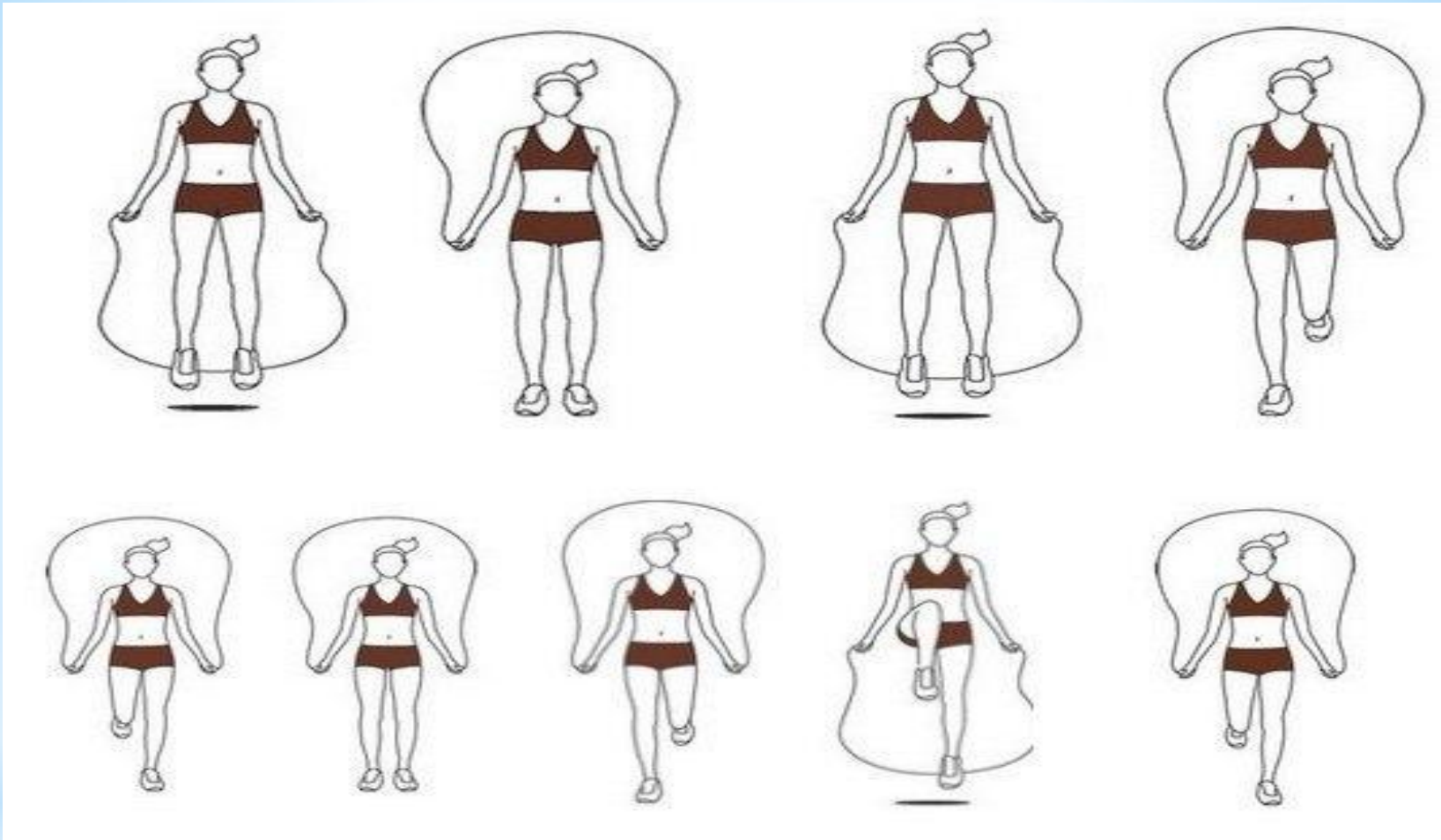




Подбрасывание мяча



Кувырок вперед



Прыжки на скакалке

СПОСОБЫ ДЕРЖАНИЯ МЯЧА



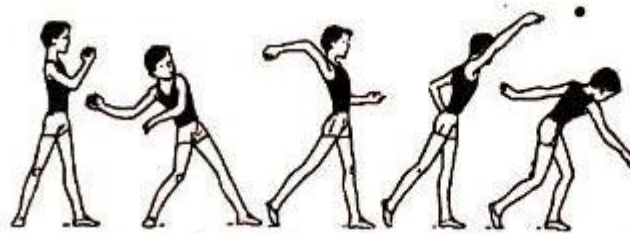
Правильно



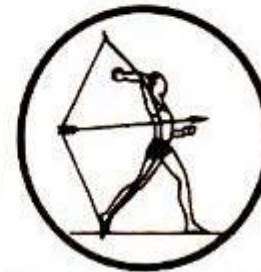
Неправильно



Неправильно

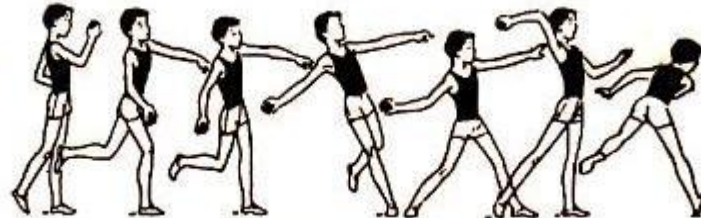


Метание мяча с места



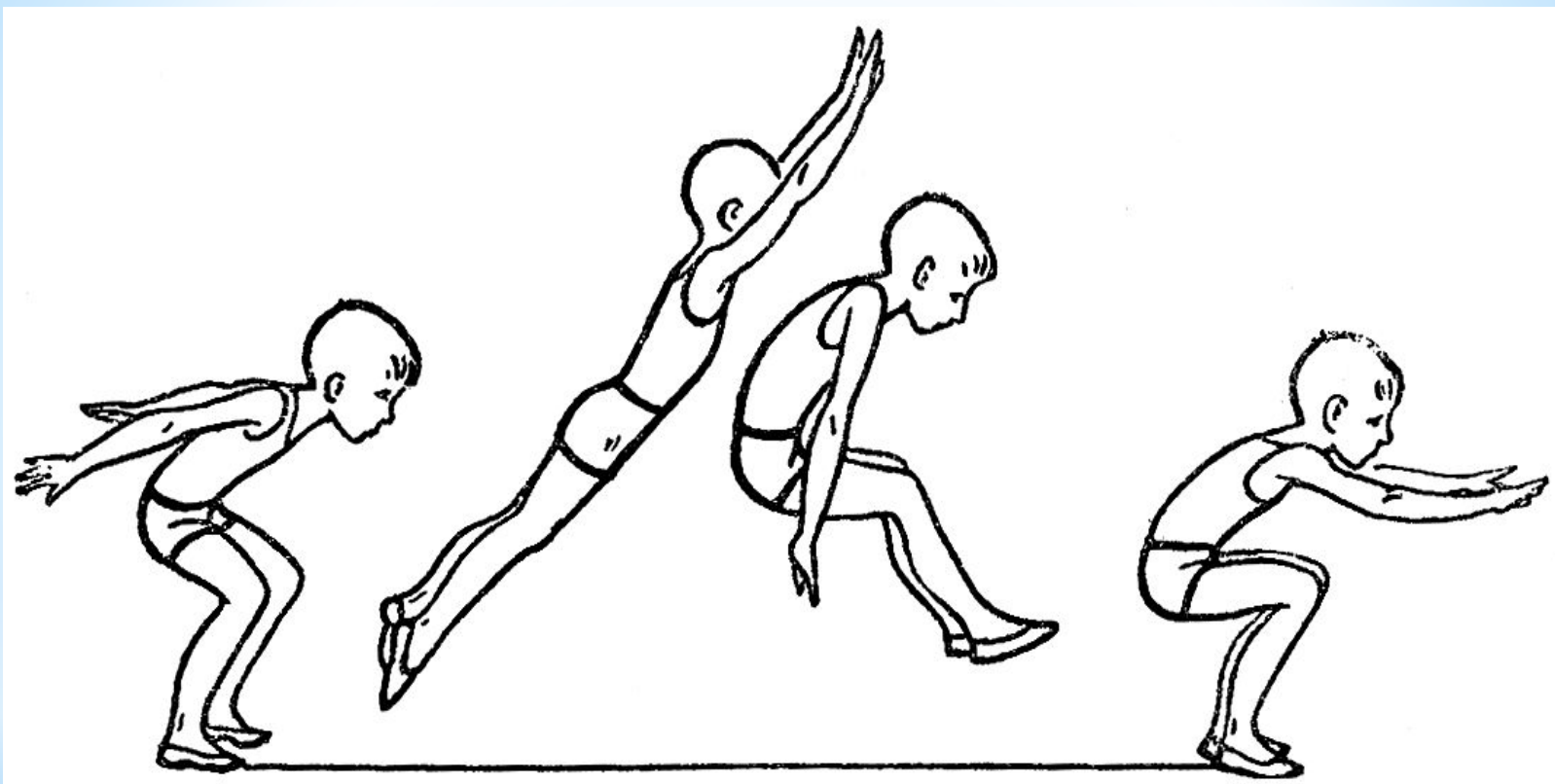
Положение «натянутого лука»

Исходное
положение
перед
разбегом



Метание мяча с разбега

Метание малого мяча



Прыжок в длину с места



Подтягивание из виса лежа



Спасибо за урок !

Использованные ресурсы

1. <http://www.yandex.ru/> - фон презентации
2. <http://images.yandex.ru/yandsearch>- фон зарядки
3. <http://vashechudo.ru/raznoe/zagadki/sportivnye>- загадки для детей
4. <http://гто76.рф/>- картинки, материалы ГТО
5. <http://www.gto-normy.ru/> - нормы ГТО
6. <http://kak.znate.ru/pars> - картинка кувырок вперед
7. <http://nota.potext.ru/>- картинка прыжок в длину с места
8. <http://zazdoc.ru/> - картинка техника метания малого мяча
9. <http://cs14114.vk.me/> - картинка прыжки на скакалке
10. <http://www.fitnesspoisk.ru/> - картинка подтягивание из виса лежа на низкой перекладине
11. <http://trostik.com.ua/> - картинка солнышко
12. <http://smayli.ru/jivotniea.html> - анимационные картинки
13. <http://sport-tools.ru/> - картинка гантели
14. <http://www.gippi.ru/> - картинка эспандер