

Тащитов Василий Николаевич
МОУ СОШ № 25
КМР

ТЕМА УРОКА

Специальные беговые упражнения

Задачи урока:

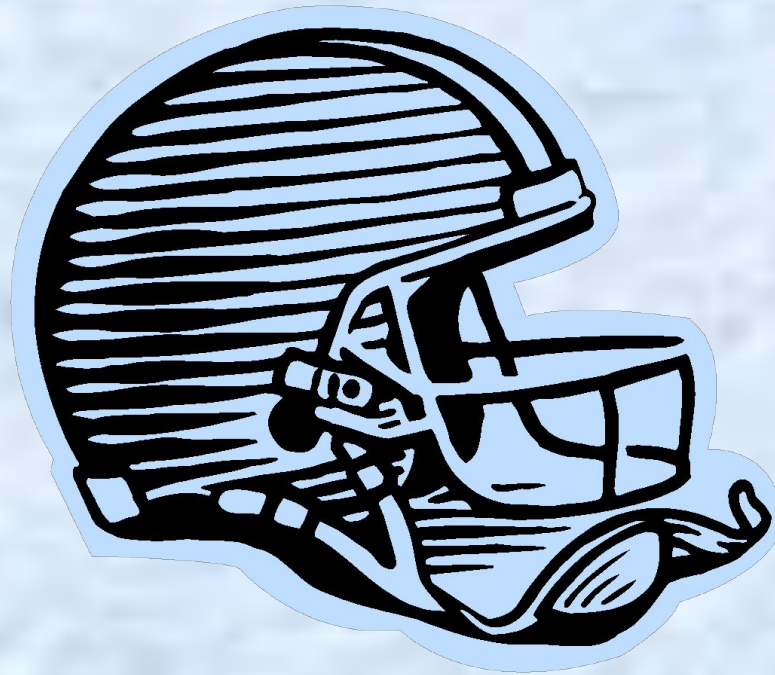
- обучение технике специальных беговых упражнений,
- технике безопасности,
- развитие физических качеств,
- воспитание дисциплинированности, самостоятельности, интереса к занятиям физкультурой.

Этапы урока

- Вводная часть
- Основная часть
- Заключительная часть

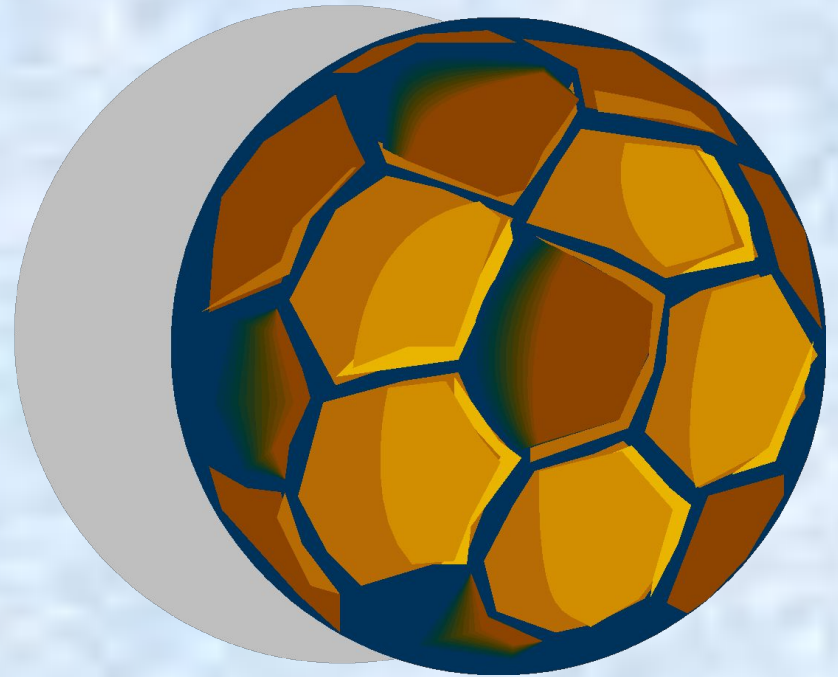
игры

- «Фартлек»



Игры

- «Мячом в цель»
(Мальчики)



Игры

- «Мячом в цель» (Девочки)



Домашнее задание

- Подтягивание

Мальчики – 3 *3 раз

Девочки -3*1 раз



Методические указания

- Презентация используется при подготовке к уроку и в качестве наглядного материала при его проведении