

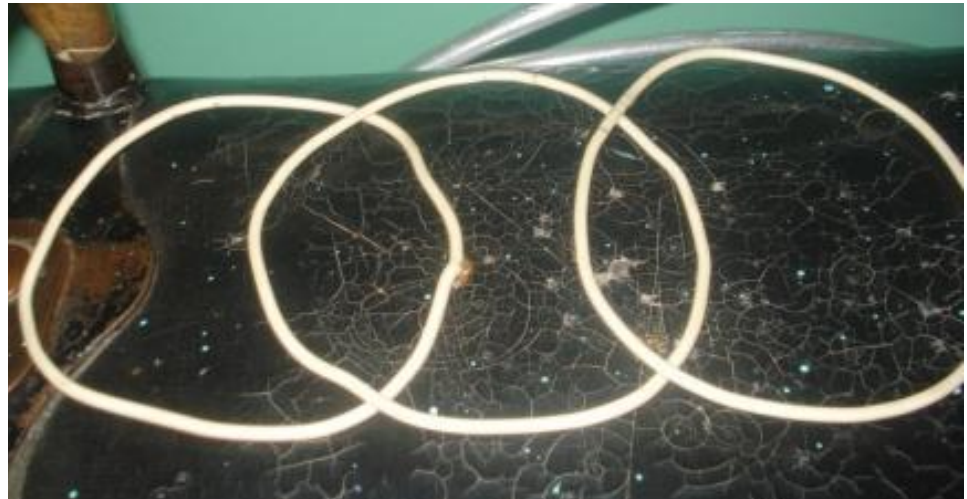
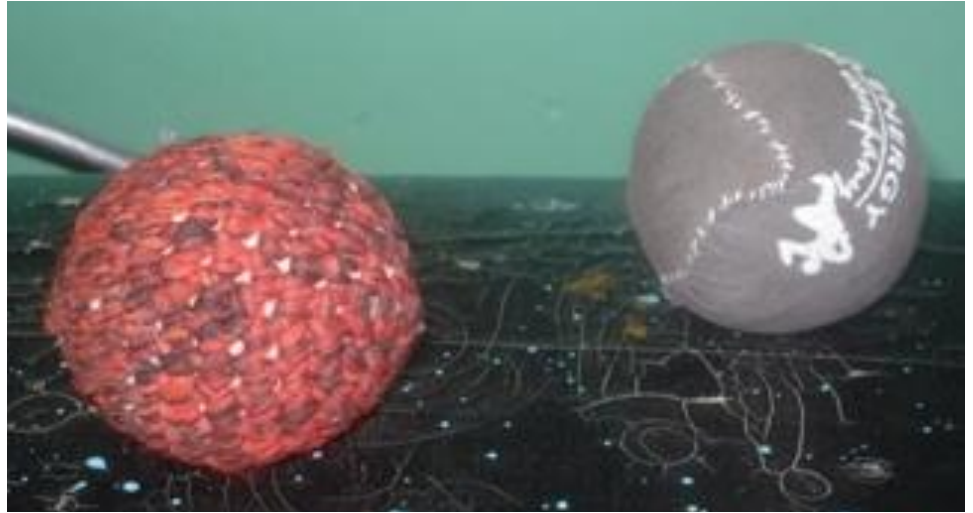
*«Использование  
нестандартного  
инвентаря на уроках  
физической культуры»*

Презентацию подготовила  
учитель физической культуры  
МОУ «ООШ с. Озерки»  
Архипкина Татьяна Ивановна

*«Гимнастика, физические упражнения,  
ходьба должны прочно войти в  
повседневный быт каждого, кто хочет  
сохранить работоспособность,  
здоровье, полноценную и радостную  
ЖИЗНЬ»*

*Гиппократ*















# ОРУ с гимнастической палкой



1. И.п. – палка на лопатки;  
1- поворот туловищем влево,  
2 - и.п.  
3- поворот вправо,  
4 - и.п.
2. И.п.- о.с.  
1- палка вперед,  
2-палка вверх,  
3- вперед,  
4- и.п.
3. И.п. – о.с.  
1 – наклон, положить палку на пол,  
2- и.п.  
3- наклон, взять палку.  
4 – и.п.
4. И.п.- о.с.  
1- Наклон, палка вниз,  
2- Присед, палка вперед,  
3 - Наклон, палка вниз,  
4 - И.п.



# «Салки с ленточкой»



# «Мотальщики»



# «Метко в цель»



# «Ходунки»





# «Волшебная бутылочка»



«Физические упражнения могут  
заменить множество лекарств, но ни  
одно лекарство в мире не может  
заменить физические упражнения»

Анджело Моссо

*Будьте здоровы!*

