ЗАДАЧИ ПОУРОЧНОНОГО ПЛАНИРОВАНИЯ для учащихся 3 – го класса 2 четверть Гимнастика – 21 час

|  |
| --- |
| ЗАДАЧИ ПОУРОЧНОНОГО ПЛАНИРОВАНИЯ  для учащихся 3 – го класса  2 четверть  Гимнастика – 21 час  Урок № 28  1.Беседа «Техника безопасности на уроках гимнастики.  2.Построение. Сообщение задач урока.  3.Повторить строевые упражнения.  4.Ходьба. Бег в медленном темпе.  5.Ритмическая гимнастика.  6.Повторить ранее изученные элементы акробатики.  7.Упражнения на равновесие.  8.Обучение стойке на лопатках.  9.Развитие физических качеств.  Урок № 29- 30  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Повторить строевые упражнения ранее изученные.  3.Ходьба. Бег в медленном темпе.  4.Ритмическая гимнастика. Упражнения на осанку.  5.Обучение кувырка вперед.  6.Обучение стойки на лопатках.  7.Развитие физических качеств.  Урок № 31  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Разучить перестроение в две шеренги из одной.  3.Ходьба. Бег в медленном темпе.  4.Ритмическая гимнастика. Упражнения на осанку.  5.Контрольный урок «Стойка на лопатках».  6.Совершенствование кувырка вперед и переката.  7.Развитие физических качеств.  Урок № 32  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Повторить перестроение в две шеренги.  3.Ходьба. Бег в медленном темпе.  4.Ритмическая гимнастика. Упражнения на осанку.  5.Контрольный урок «Кувырок вперед».  6.Обучение переката назад с опорой руками за головой.  7.Развитие физических качеств.  Урок № 33  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Повторить перестроения ранее изученные.  3.Ходьба. Бег в медленном темпе с изменением направления.  4.Ритмическая гимнастика. Упражнения на осанку.  5.Обучение кувырка назад через голову.  6.Развитие физических качеств.  Урок № 34  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Повторить перестроения ранее изученные.  3.Ходьба. Бег в медленном темпе с изменением направления.  4.Ритмическая гимнастика. Упражнение на осанку.  5.Совершенствование кувырка назад.  6.Разучить акробатическую связку №1.  7.Развитие физических качеств.  Урок № 35  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Повторить строевые упражнения.  3.Ходьба. Бег в медленном темпе с изменением направления.  4.Ритмическая гимнастика.  5.Обучение «Мост».  6.Повторить кувырок назад через голову.  7.Повторить акробатическую связку №1.  8.Развитие физических качеств.  Урок № 36  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Повторить строевые упражнения.  3.Ходьба. Бег в медленном темпе с изменением направления.  4.Ритмическая гимнастика.  5.Контрольный урок «Кувырок назад через голову».  6.Обучение «Мост».  7.Развитие физических качеств.  Урок № 37  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Ходьба. Бег в медленном темпе с изменением направления.  3.Ритмическая гимнастика. Упражнение на осанку.  4.Контрольный урок «Акробатическая связка № 1».  5.Обучение два кувырка вперед.  6.Повторить акробатический элемент «Мост».  7.Развитие физических качеств.  Урок № 38  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Ходьба. Бег в медленном темпе с изменением направления.  3.Ритмическая гимнастика. Упражнения на осанку.  4.Контрольный урок «Мост».  5.Продолжить обучение два кувырка вперед.  6.Развитие физических качеств.  Урок № 39  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Ходьба. Бег в медленном темпе с изменением направления.  3.Ритмическая гимнастика. Упражнения на осанку.  4.Разучить акробатическую связку № 2.  5.Совершенствование выполнения два кувырка вперед и «Мост».  6.Развитие физических качеств.  Урок № 40  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Ходьба. Бег в медленном темпе с изменением направления.  3.Ритмическая гимнастика. Упражнения на осанку.  4.Контрольный урок «Два кувырка вперед».  5.Закрепить акробатическую связку № 2.  6.Развитие физических качеств.  Урок № 41  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Ходьба. Бег в медленном темпе с изменением направления.  3.Ритмическая гимнастика. Упражнения на осанку.  4.Контрольный урок «Акробатическая связка № 2».  5.Повторить акробатические элементы ранее изученные.  6.Развитие физических качеств.  Урок № 42-44  1.Беседа «Понятие о физической культуре». «Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, осанку, умственную физическую работоспособность». Урок № 42  2.Построение. Сообщение задач урока.  3.Ритмическая гимнастика. Упражнения на осанку.  4.Прохождение полосы препятствия с элементами акробатики.  5.Развитие физических качеств.  Урок № 45 – 48  1.Построение. Сообщение задач урока.  2.Ритмическая гимнастика. Упражнение на осанку.  3.Обучения прыжка через козла «Ноги врозь».  4.Развитие физических качеств. |