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.  |