



муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 31 со спортивным уклоном города Пятигорска Ставропольского края

357538 Россия, Ставропольский край, г. Пятигорск, улица Мира, 187
телефон (879 3) 98-11-25 факс (879 3) 98-11-25

Конспект урока

Предмет	Физическая культура
Класс	7
Учитель	Зеленская М.Н.
Дата урока	15.04.2020
Тема урока	Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики. Теория развития скоростных качеств.
Основной вид учебной деятельности	Урок повторение знаний

Ход урока

I. Организационный этап.

- Доброе утро, ребята!
- Сегодня мы вспомним технику безопасности по легкой атлетике, на уроках физической культуры.
- Что такое скоростные качества? Какими упражнениями можно развивать скоростные качества?

II. Обобщение и систематизация знаний.

- Откройте тетрадь физической культуры.
- 1. Запишите ответы на вопросы.
- 2. Составьте комплекс упражнений (3-5упр.), на развитие скоростных качеств.

III. Контроль и коррекция знаний

1. Отправить фото проделанной работы на почту mariya.nikolaevna9@mail.ru

IV. Домашнее задание: повторить технику бега на короткие дистанции.



муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 31 со спортивным уклоном города Пятигорска Ставропольского края

357538 Россия, Ставропольский край, г. Пятигорск, улица Мира, 187
телефон (879 3) 98-11-25 факс (879 3) 98-11-25

Конспект урока

Предмет	Физическая культура
Класс	7
Учитель	Зеленская М.Н.
Дата урока	17.04.2020
Тема урока	Техника бега на короткие дистанции 30м, 60м
Основной вид учебной деятельности	Урок повторение знаний

Ход урока

V. Организационный этап.

- Доброе утро, ребята!
- Вспомним какие есть виды старта на короткие дистанции.
- Финиширование.

VI. Обобщение и систематизация знаний.

- Откройте тетрадь физической культуры.
- 3. Нарисуйте высокий и низкий старт.
- 4. Опишите виды финиширования.

VII. Контроль и коррекция знаний

2. Отправить фото проделанной работы на почту mariya.nikolaevna9@mail.ru

VIII. Домашнее задание: повторить технику бега на короткие дистанции.