Адаптивная физическая культура 3 класс

Тема урока: «**Легкая атлетика.** Ходьба, бег. Дыхательные упражнения»

**Задачи урока:**

1.Совершенствование техники ходьбы и бега по дистанции.

2.Развитие скоростных  способностей.

3.Воспитывать трудолюбие, дисциплинированность, интерес к занятиям физической культурой

Домашнее задание: Выполнять упражнения в присутствии родителей в спортивной форме по плану: Разминка, упражнения, отдых.











