

Подготовительная часть урока.

Основная ее цель – подготовить учащихся к заданиям основной части занятия.

В подготовительной части решаются следующие методические задачи:

- психический настрой на занятие;
- активизация внимания и эмоционального состояния учеников;
- обеспечение общей функциональной готовности организма к активной мышечной деятельности (выполнение несложных физических упражнений);
- подготовка к первому базовому виду упражнений основной части урока

