

Основная часть урока.

Ее цель – решить оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи, предусмотренные планом данного урока.

Сначала разучиваются новые двигательные действия или их элементы. Закрепление и совершенствование усвоенных ранее навыков проводится в середине или в конце основной части урока. Состав всех упражнений в основной части урока должен быть таким, чтобы они оказывали разностороннее влияние.

