**Протокол
хронометрирования урока физической культуры/учебно-тренировочного занятия**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Часть урока/УТЗ | Содержание и виды деятельности | Показания секундомера (время окончания действия) | Виды деятельности | Простой |
| Объяснение и показ | Выполнение упражнений | Ожидание и отдых | Вспомогательные действия |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Подготовительная часть |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Основная часть |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Заключительная часть |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **ИТОГО** |  |  |  |  |  |  |