

## План – конспект уроку з фізичної культури

Урок: №3

Дата: 07.09.2023

Клас: 5

Модуль: дитяча легка атлетика, алтимат-фризбі, футбол.

Тема уроку: Легка атлетика. Класифікація легкоатлетичних вправ.

Завдання уроку:

### ФІЗКУЛЬТ ПРИВІТ!!!!

1. Повторити правила безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури під час занять легкоатлетичними вправами та спортивними іграми.
2. Переглянути навчальне відео: «Класифікація легкоатлетичних вправ».
3. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ.

### Хід уроку

1. Правила безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури під час занять легкоатлетичними вправами та спортивними іграми.

<https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUpuFU&t=19s>

2. Навчальне відео: «Класифікація легкоатлетичних вправ».

<https://www.youtube.com/watch?v=nR-b6EHQ6-Y&t=2s>

3. Комплекс загально розвиваючих вправ

[https://www.youtube.com/watch?v=bTaiD1\\_MHZQ](https://www.youtube.com/watch?v=bTaiD1_MHZQ)

**БУДЬ РОЗУМНИМ, АКТИВНИМ, ТВОРЧИМ! СПОРТИВНИМ!**

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

*Домашнє завдання:*

1. Виконати спеціальні легкоатлетичні вправи бігуна (за посиланням):

<https://www.youtube.com/watch?v=xae4zzTVZGk&t=14s>