**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №69**

**Дата: 01.03.2024**

**Клас: 5**

**Модуль:** шашки, регбі-5, футзал.

**Тема:** Правила гри у футзал. Вправи ЗФП у футзалі.

**Мета:** Розширення теоретичних знань, розвиток фізичних якостей учнів, формувати інтерес до регулярної рухової активності як компоненту здорового способу життя.

**Завдання уроку:**

1. Ознайомити з правилами гри у футзал.

2. Сприяти зміцненню здоров’я дітей, розвитку фізичних якостей.

3. Розвивати стійкий інтерес до занять фізичними вправами, виховувати любов до фізичної культури та спорту.

**Хід уроку**

**І. Підготовча частина.**

1. Організаційний момент.

2. Медико-педагогічний контроль- замір ЧСС.

[**https://www.youtube.com/watch?v=tkdcRN\_Kg00**](https://www.youtube.com/watch?v=tkdcRN_Kg00)

3. Повторити правила безпечної поведінки на уроці фізичної культури.

[**https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUupuFU&t=19s**](https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUupuFU&t=19s)

4. Виконати комплекс вправ для профілактики плоскостопості:

[**https://www.youtube.com/watch?v=i\_F-pMEs0pI&t=86s**](https://www.youtube.com/watch?v=i_F-pMEs0pI&t=86s)

**ІІ. Основна частина.**

1. Ознайомитись з правилами гри у футзал.

[**https://www.youtube.com/watch?v=N7G12H73DWM&t=258s**](https://www.youtube.com/watch?v=N7G12H73DWM&t=258s)

2. Виконати комплекс вправ для розвитку фізичних якостей:

[**https://www.youtube.com/watch?v=C3M2T5Hlh3o**](https://www.youtube.com/watch?v=C3M2T5Hlh3o)

3. Медико-педагогічний контроль- замір ЧСС.

[**https://www.youtube.com/watch?v=tkdcRN\_Kg00**](https://www.youtube.com/watch?v=tkdcRN_Kg00)

**ІІІ. Заключна частина.**

1. Підсумок уроку.

2. Домашнє завдання:

* Повторити правила гри у футзал
* **Відповісти на питання:**

1. Яке обладнання необхідне для гри у футзал?

2. Які розміри майданчика для гри у футзал?

3. Яка тривалість гри у футзалі?

4. Вкажіть склад команд які граютьу футзал.

***(Відповіді на питання записати в зошит, сфотографувати та надіслати).***