**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №40**

**Дата: 08.12.2023**

**Клас: 5**

**Модуль:** баскетбол, корфбол, баскетбол 3х3

**Тема:** Правила гри з Баскетболу 3х3.

**Мета:** Розширення теоретичних знань, розвиток фізичних якостей учнів, вдосконалення навичок життєво-необхідних рухових дій.

**Завдання уроку:**

1. Ознайомити з правилами гри, та необхідним обладнанням та інвентарем для гри в Баскетбол 3х3.

2. Сприяти зміцненню здоров’я дітей, профілактиці порушень правильної постави.

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 формування правильної постави:

[**https://www.youtube.com/watch?v=9PQILV0HQgo&t=8s**](https://www.youtube.com/watch?v=9PQILV0HQgo&t=8s)

5. Медико-педагогічний контроль- замір ЧСС.

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

**ІІ. Основна частина.**

1. Ознайомитись з правилами гри, та необхідним обладнанням та інвентарем для гри в Баскетбол 3х3.

[**https://www.youtube.com/watch?v=lQrmmFQeo7c**](https://www.youtube.com/watch?v=lQrmmFQeo7c)

2. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ:

[**https://www.youtube.com/watch?v=8y30tqUJhJE**](https://www.youtube.com/watch?v=8y30tqUJhJE)

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:

* Скласти, записати і виконати 5 вправ для розвитку спритності.