**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №49**

**Дата: 15.01.2024**

**Клас: 5**

**Модуль:** шашки, регбі-5, футзал.

**Тема:** Правила гри в шашки. Шашкова нотація.

**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 шашки, порядком ведення шашкової нотації.

2. Сприяти розвитку фізичних якостей, профілактиці плоскостопості.

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**](https://www.youtube.com/watch?v=i_F-pMEs0pI)

**ІІ. Основна частина.**

1. Ознайомлення з правилами гри у шашки, порядком ведення шашкової нотації.

[**https://docs.google.com/document/d/1bd4B9WEqDxOqdK0EZWP4ElY\_p2yypfC2/edit?usp=sharing&ouid=100119553111717049152&rtpof=true&sd=true**](https://docs.google.com/document/d/1bd4B9WEqDxOqdK0EZWP4ElY_p2yypfC2/edit?usp=sharing&ouid=100119553111717049152&rtpof=true&sd=true)

[**https://www.youtube.com/watch?v=E0TJef2IGJk&t=31s**](https://www.youtube.com/watch?v=E0TJef2IGJk&t=31s)

2. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ:

[**https://www.youtube.com/watch?v=Mk4l1qDDXFo&t=68s**](https://www.youtube.com/watch?v=Mk4l1qDDXFo&t=68s)

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:

* Зіграти в шашки «онлайн» або (за наявності шашок) з членами родини, зробити короткий відео звіт гри та надіслати у Хьюмен.