**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №67**

**Дата: 26.02.2024**

**Клас: 5**

**Модуль:** шашки, регбі-5, футзал.

**Тема:** Історія виникнення та розвитку Футзалу.

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

**Завдання уроку:**

1. Ознайомити з історією виникнення та етапами розвитку світового футзалу.

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=XY7nsLOLXNU&t=3s**](https://www.youtube.com/watch?v=XY7nsLOLXNU&t=3s)

**ІІ. Основна частина.**

1. Історія виникнення та етапи розвитку світового футзалу:

[**https://drive.google.com/file/d/1cbao638mDSDSCJT7HbBtXDQwsJk8hWqH/view**](https://drive.google.com/file/d/1cbao638mDSDSCJT7HbBtXDQwsJk8hWqH/view)

2. Виконати комплекс загальнорозвиваючих вправ:

[**https://www.youtube.com/watch?v=xCkGxnz5BiU**](https://www.youtube.com/watch?v=xCkGxnz5BiU)

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:

* Виконати комплекс вправ для розвитку м'язів ніг:

[**https://www.youtube.com/watch?v=kf\_mjOsKiyY**](https://www.youtube.com/watch?v=kf_mjOsKiyY)