**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №82**

**Дата: 08.04.2024**

**Клас: 6**

**Модуль:** бадмінтон, доджбол, футбол.

**Тема:** Технічні прийоми гри у бадмінтон.

**Мета:** Розширення рухового досвіду та теоретичних знань, сприяти фізичному удосконаленню учнів засобами гімнастичних вправ.

**Завдання уроку:**

1. Ознайомити з технічними прийомами гри у бадмінтон, основною стійкою гравця, хватом ракетки, способами переміщень по майданчику.

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 та самостійному виконанні фізичних вправ.

[**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=zahcLTF8TMQ**](https://www.youtube.com/watch?v=zahcLTF8TMQ)

**ІІ. Основна частина.**

1. Технічні прийоми гри у бадмінтон:

* техніка переміщень:

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

* хват ракетки, основна стійка гравця:

[**https://www.youtube.com/watch?v=hygetSKS8Xo**](https://www.youtube.com/watch?v=hygetSKS8Xo)

2. Виконати комплекс вправ для розвитку фізичних якостей:

[**https://www.youtube.com/watch?v=0c7AyWV2Dfw**](https://www.youtube.com/watch?v=0c7AyWV2Dfw)

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 бадмінтон.
* Виконати комплекс загально розвиваючих вправ:

[**https://www.youtube.com/watch?v=ei\_h9Xs8CW8**](https://www.youtube.com/watch?v=ei_h9Xs8CW8)