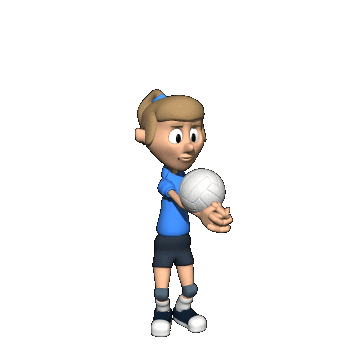
**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №28**

**Дата: 10.11.2023**

**Клас: 6**

**Модуль:** волейбол, гандбол, гімнастика

**Тема уроку:** Техніка виконання нижньої прямої та бокової подачі у волейболі.

**Завдання уроку:**

**ФІЗКУЛЬТ-ПРИВІТ!!!!**

1.Повторити правила безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури під час занять легкоатлетичними вправами та спортивними іграми.

2. Переглянути навчальне відео «Техніка виконання нижньої прямої подачі у волейболі».

3. Переглянути навчальне відео «Техніка виконання бокової подачі у волейболі».

4. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ.

**Хід уроку**

**1. Правила безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури під час занять легкоатлетичними вправами та спортивними іграми.**

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

**2. Навчальне відео «Техніка виконання нижньої прямої подачі у волейболі».**

[**https://www.youtube.com/watch?v=eOPoGSM8-s0**](https://www.youtube.com/watch?v=eOPoGSM8-s0)

**3. Навчальне відео «Техніка виконання бокової подачі у волейболі».**

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

**4. Комплекс загально розвиваючих вправ:**

[**https://www.youtube.com/watch?v=\_1JGK0YfjGw**](https://www.youtube.com/watch?v=_1JGK0YfjGw)

**БУДЬ РОЗУМНИМ, АКТИВНИМ, ТВОРЧИМ! СПОРТИВНИМ!**

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

***Домашнє завдання:***

Виконати комплекс вправ для розвитку м'язів ніг:

[**https://www.youtube.com/watch?v=L-7JEDQB1E4**](https://www.youtube.com/watch?v=L-7JEDQB1E4)