**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №105**

**Дата: 31.05.2024**

**Клас: 6**

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

**Тема:** Різновиди футболу.

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

**Завдання уроку:**

1. Ознайомити з різновидами футболу.

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 порушень правильної постави:

[**https://www.youtube.com/watch?v=zkejsH5\_nLs&t=1s**](https://www.youtube.com/watch?v=zkejsH5_nLs&t=1s)

**ІІ. Основна частина.**

1. Різновиди футболу:

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

2. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ:

[**https://www.youtube.com/watch?v=ENbkigHpE4U&t=1s**](https://www.youtube.com/watch?v=ENbkigHpE4U&t=1s)

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 спеціальні вправи футболіста:

[**https://www.youtube.com/watch?v=SfVYPIRdcRQ&t=26s**](https://www.youtube.com/watch?v=SfVYPIRdcRQ&t=26s)