**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №33**

**Дата: 03.04.2025**

**Клас: 5-А, 5-Б**

**Модуль: «Волейбол », «Доджбол», «Рухливі ігри»**

**Тема уроку:** БЖД. ЗРВ у русі та на місці. *Рух.ігри:* Рухливі ігри у системі фізичного виховання та історичні аспекти їх розвитку. *Доджбол:* Техніка ловлення м'яча з різною висотою польоту. *Волейбол:* Стійка волейболіста, розміщення та перехід гравців на ігровому майданчику, рухлива гра у «Малюк-бол».

**Завдання уроку:**

**ФІЗКУЛЬТ ПРИВІТ!!!!**

1. Повторити правила безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури під час занять, волейболом, доджболом та рухливими іграми*.*.

2. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ.

3. *Рух.ігри:* Рухливі ігри у системі фізичного виховання та історичні аспекти їх розвитку.

4. *Доджбол:* Техніка ловлення м'яча з різною висотою польоту.

5. *Волейбол:* Стійка волейболіста, розміщення та перехід гравців на ігровому майданчику, рухлива гра у «Малюк-бол».

**Хід уроку**

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

<https://www.youtube.com/watch?v=GU3V4_GxQOs>

**2. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ.**

<https://www.youtube.com/watch?v=E1VMLTryfTk>

<https://www.youtube.com/watch?v=Y_yMn_SDXE8>

**3. Рух.ігри: Рухливі ігри у системі фізичного виховання та історичні аспекти їх розвитку.**

<https://www.youtube.com/watch?v=urBQnHG6Mzs>

**4. Доджбол: Техніка ловлення м'яча з різною висотою польоту.**

<https://www.youtube.com/watch?v=8azOS6Lr4Uw>

**5. Волейбол: Стійка волейболіста, розміщення та перехід гравців на ігровому майданчику, рухлива гра у «Малюк-бол».**

<https://www.youtube.com/watch?v=fGnndvUw0so>

<https://www.youtube.com/watch?v=fHIxt6204Hc>

<https://www.youtube.com/watch?v=OkZdxN3Vqb8>

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

Повторення правил гри у Волейбол, Доджбол. Рухливі ігри.