**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №39**

**Дата: 05.12.2024**

**Клас: 5-А, 5-Б**

**Модуль: «Баскетбол», «Корфбол», «Баскетбол 3х3»**

**Тема уроку: БЖД.ЗРВ на місці та в русі. *Корфбол:* вправи з предметами (книга). *Баскетбол:* взаємодія 2-3 гравців у нападі (вихід на вільне місце для отримання передачі або кидка), техніка і тактика особистого захисту. *Баскетбол 3х3:* Нахил вперед з положення сидячи.**

**Завдання уроку:**

**ФІЗКУЛЬТ ПРИВІТ!!!!**

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

2. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ.

3. Корфбол: вправи з предметами (книга).

4. Баскетбол: взаємодія 2-3 гравців у нападі (вихід на вільне місце для отримання передачі або кидка), техніка і тактика особистого захисту.

5. Баскетбол 3х3: Нахил вперед з положення сидячи.

**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. ЗРВ у русі та на місці.**

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

**3. Корфбол: вправи з предметами (книга).**

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

**4**.  **Баскетбол: взаємодія 2-3 гравців у нападі (вихід на вільне місце для отримання передачі або кидка), техніка і тактика особистого захисту.**

<https://www.youtube.com/watch?v=gnukFNdyd84&t>

<https://www.youtube.com/watch?v=Vt-Qi5wCXP0&t>

**5.** **Баскетбол 3х3: Нахил вперед з положення сидячи.**

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

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

1. **Виконати нахил вперед з положення сидячи згідно відео** <https://www.youtube.com/watch?v=SlntMJNzfAs> **, написати на який максимальний результат вдалось прогнутись по довжині.**

Результат записати на відео, відправити на пошту [lopatindaniil737@gmail.com](mailto:lopatindaniil737@gmail.com) або хьюман.