**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №41**

**Дата: 10.12.2024**

**Клас: 5-А, 5-Б**

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

**Тема уроку: БЖД.ЗРВ на місці та в русі. *Корфбол:* вправи на ноги. *Баскетбол:* передачі, ведення м'яча (різновиди). Техніка виконання подвійного кроку, після ведення та передачі м'яча. *Баскетбол 3х3:* кидки м’яча двома руками від грудей у кошик (з місця, після ведення кроком, після зупинки стрибком).**

**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 на ноги.

4. Баскетбол: передачі, ведення м'яча (різновиди). Техніка виконання подвійного кроку, після ведення та передачі м'яча.

5. Баскетбол 3х3: кидки м’яча двома руками від грудей у кошик (з місця, після ведення кроком, після зупинки стрибком).

**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 на ноги.**

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

**4**.  **Баскетбол: передачі, ведення м'яча (різновиди). Техніка виконання подвійного кроку, після ведення та передачі м'яча.**

<https://www.youtube.com/watch?v=6uiXVpxpYec>

<https://www.youtube.com/watch?v=-7eViHbUOyQ&t>

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

**5.** **Баскетбол 3х3: кидки м’яча двома руками від грудей у кошик (з місця, після ведення кроком, після зупинки стрибком).**

<https://www.youtube.com/watch?v=Lqwl2sy9TEI>

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

1. **Виконати вправи на спину та плечі (будь-які 5 вправ) згідно відео** <https://www.youtube.com/watch?v=oNQGs3igE98>

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