**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №30**

**Дата: 14.11.2024**

**Клас: 5-А, 5-Б**

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

**Тема уроку:** БЖД. ЗРВ на місці та в русі. Корфбол: Основні елементи техніки і правила гри у корфбол. Рухливі ігри з елементами корфболу. Баскетбол: підготовча вправа до кидка в кошик, передача м'яча партнеру з високою траєкторією польоту. Рухливі ігри з елементами баскетболу. Баскетбол 3х3: Ловіння і передачі м’яча двома руками від грудей, однією рукою від плеча на місці та в русі у баскетболі 3х3. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса. Елементи навчальної гри баскетболу 3х3.

**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: Основні елементи техніки і правила гри у корфбол. Рухливі ігри з елементами корфболу.

4. Баскетбол: підготовча вправа до кидка в кошик, передача м'яча партнеру з високою траєкторією польоту. Рухливі ігри з елементами баскетболу.

5. Баскетбол 3х3: Ловіння і передачі м’яча двома руками від грудей, однією рукою від плеча на місці та в русі у баскетболі 3х3. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса. Елементи навчальної гри баскетболу 3х3.

**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: Основні елементи техніки і правила гри у корфбол. Рухливі ігри з елементами корфболу.**

**https://www.youtube.com/watch?v=WnANlHAbW0A&t=252s**

**4**.  **Баскетбол: підготовча вправа до кидка в кошик, передача м'яча партнеру з високою траєкторією польоту. Рухливі ігри з елементами баскетболу.**

https://www.youtube.com/watch?v=X-g1ljkKgOQ

**5.** **Баскетбол 3х3: Ловіння і передачі м’яча двома руками від грудей, однією рукою від плеча на місці та в русі у баскетболі 3х3. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса. Елементи навчальної гри баскетболу 3х3.**

<https://www.youtube.com/watch?v=22iR_pJwj_Y>

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

1. **Повторити правила гри у баскетбол**