**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №44**

**Дата: 17.12.2024**

**Клас: 5-А, 5-Б**

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

**Тема уроку: БЖД.ЗРВ на місці та в русі. *Корфбол:* вправи з м’ячем. *Баскетбол:* кидки м’яча в кошик однією рукою збоку від щита. Штрафні кидки. *Баскетбол 3х3:* вправи 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 м’ячем.

4. Баскетбол: кидки м’яча в кошик однією рукою збоку від щита. Штрафні кидки.

5. Баскетбол 3х3: вправи 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 м’ячем.**

<https://www.youtube.com/watch?v=ddBTIqfV5_A>

**4**.  **Баскетбол: кидки м’яча в кошик однією рукою збоку від щита. Штрафні кидки.**

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

<https://www.youtube.com/watch?v=Bj6n3vVMWJQ&t>

**5.** **Баскетбол 3х3: вправи сидячи.**

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

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

1. **Виконати вправи сидячи (будь-які 5 вправ) згідно відео** <https://www.youtube.com/watch?v=FEyIwygRmDo>

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