**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №32**

**Дата: 19.11.2024**

**Клас: 5-А, 5-Б**

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

**Тема уроку:** БЖД. ЗРВ на місці та в русі. *Корфбол:* Техніка виконання зупинки стрибком та двома кроками, повороти на місці, подвійний крок, кидки м’яча однією рукою від плеча, двома руками від грудей з місця та в русі у корфболі. *Баскетбол:* Ловіння і передачі м’яча двома руками від грудей, однією рукою від плеча на місці та в русі в парах. *Баскетбол 3х3:* ловіння і передачі м’яча двома руками від грудей, однією рукою від плеча на місці та в русі в парах. 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: естафети.

4. Баскетбол: Ловіння і передачі м’яча двома руками від грудей, однією рукою від плеча на місці та в русі в парах.

5. Баскетбол 3х3: Ловіння і передачі м’яча двома руками від грудей, однією рукою від плеча на місці та в русі в парах. 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: естафети.**

<https://www.youtube.com/watch?v=PfRsMA2gXOI>

<https://www.youtube.com/watch?v=ZoooOCGWIj8&list=PLZCR1WuE2P092oekeJQ0M-YJHCSn-0uMc&index=6>

**4**.  **Баскетбол: Ловіння і передачі м’яча двома руками від грудей, однією рукою від плеча на місці та в русі в парах.**

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

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

**5.** **Баскетбол 3х3: вправи для розвитку баскетбольних навичок (з відео: вправа 1, 4, 7).**

<https://youtu.be/HTuKTlqNOEk?t=65>

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

1. Виконати вправи для розвитку баскетбольних навичок (з відео: вправа 1, 4, 7).

<https://youtu.be/HTuKTlqNOEk?t=65>

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