**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №34**

**Дата: 25.11.2024**

**Клас: 5-А, 5-Б**

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

**Тема уроку:** БЖД. ЗРВ на місці та в русі. *Корфбол:* Техніка перехватів і підборів м’яча у корфболі. Елементи навчальної гри. Вправи для розвитку спритності. *Баскетбол:* кидки м’яча двома руками від грудей у кошик. *Баскетбол 3х3:* вправи для розвитку гнучкості.

**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: техніка перехватів і підборів м’яча у корфболі. Елементи навчальної гри. Вправи для розвитку спритності.

4. Баскетбол: кидки м’яча двома руками від грудей у кошик.

5. Баскетбол 3х3: вправи для розвитку гнучкості.

**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: Техніка перехватів і підборів м’яча у корфболі. Елементи навчальної гри. Вправи для розвитку спритності.**

<https://www.youtube.com/watch?v=plT96KkDg6o>

<https://www.youtube.com/watch?v=-xzPMPpP-Kk>

**4**.  **Баскетбол: кидки м’яча двома руками від грудей у кошик.**

<https://www.youtube.com/watch?v=VgHg9MkCa-s>

**5.** **Баскетбол 3х3: вправи для розвитку гнучкості.**

<https://www.youtube.com/watch?v=vZV25dCECYw>

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

1. Виконати вправи для розвитку гнучкості (будь-які п’ять).

<https://www.youtube.com/watch?v=vZV25dCECYw>

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