**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №35**

**Дата: 26.11.2024**

**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:* техніка володіння м’ячем у русі – зупинка стрибком та у два кроки після ведення м’яча. *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: вправи з м’ячем.

4. Баскетбол: техніка володіння м’ячем у русі – зупинка стрибком та у два кроки після ведення м’яча.

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: вправи з м’ячем.**

<https://www.youtube.com/watch?v=WkEb54Wx1bA>

**4**.  **Баскетбол: техніка володіння м’ячем у русі – зупинка стрибком та у два кроки після ведення м’яча.**

<https://youtu.be/vSV76cpgx50?t=56>

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

<https://www.youtube.com/watch?v=fMKOGWjETP0>

**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=fMKOGWjETP0>

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