**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №57**

**Дата: 29.05.2025**

**Клас: 5-А, 5-Б**

**Модуль: «Волейбол », «Доджбол», «Рухливі ігри»**

**Тема уроку:** БЖД. ЗРВ у русі та на місці. Підсумковий урок з варіативних модулів: «Волейбол», «Доджбол», «Рухливі ігри».

**Завдання уроку:**

**ФІЗКУЛЬТ ПРИВІТ!!!!**

1. Повторити правила безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури під час занять, волейболом, доджболом та рухливими іграми.

2. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ.

3. Вправи з гімнастичною палицею.

**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. Виконати комплекс загально розвиваючих вправ.**

<https://www.youtube.com/watch?v=E1VMLTryfTk>

<https://www.youtube.com/watch?v=Y_yMn_SDXE8>

**3.** **Вправи з елементами волейболу.**

<https://www.youtube.com/watch?v=x6TIztDXYeQ>

**4. Вправи з гімнастичною палицею.**

<https://www.youtube.com/watch?v=ZzZDPC6zpHI>

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

Повторити виконання переміщення гравця у стійці волейболіста .