**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок:№23**

**Дата: 22.10.2024**

**Клас: 6-А, 6-Б.**

**Модуль:** дитяча легка атлетика, баскетбол 3х3, панна.

**Тема:** БЖД. ЗРВ у русі та на місці. *Дит.л.а.:* Передача естафетної палички у статичному, або динамічному положенні. *Баскетбол 3х3:* Техніка виконання подвійного кроку. Кидки після подвійного кроку. *Панна:* зупинки м’яча підошвою та внутрішньою стороною стопи, удари м’яча по міні-воротах з різних точок.

**Завдання уроку:**

**ФІЗКУЛЬТ ПРИВІТ!!!!**

1. Повторити правила безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури під час занять легкоатлетичними вправами та спортивними іграми.

2. ЗРВ у русі та на місці.

3. Дит.л.а: Передача естафетної палички у статичному, або динамічному положенні.

4. Баскетбол 3х3: Техніка виконання подвійного кроку. Кидки після подвійного кроку.

5. Панна: зупинки м’яча підошвою та внутрішньою стороною стопи, удари м’яча по міні-воротах з різних точок.

**Хід уроку**

1. **Правила безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури та при самостійному виконанні фізичних вправ.**

[**https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUupuFU&t=19**s](https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUupuFU&t=19s)

1. **ЗРВ у русі та на місці.**

[**https://www.youtube.com/watch?v=E1VMLTryfTk**](https://www.youtube.com/watch?v=E1VMLTryfTk)

1. **Дит.л.а.: Передача естафетної палички у статичному, або динамічному положенні.**

[**https://www.youtube.com/watch?v=HL0QJWfGPO8**](https://www.youtube.com/watch?v=HL0QJWfGPO8)

**https://www.youtube.com/watch?v=pH4AC9yM-Xw**

**https://www.youtube.com/watch?v=9EzsCbfDK4w**

1. **Баскетбол 3х3: Техніка виконання подвійного кроку. Кидки після подвійного кроку.**

https://www.youtube.com/watch?v=Y4SXLxuGSUg&list=PLB8w3mzTTbYhqtsTi0Sbp-LYsBFA2LWuE&index=2

1. **Панна: зупинки м’яча підошвою та внутрішньою стороною стопи, удари м’яча по міні-воротах з різних точок.**

https://www.youtube.com/watch?v=RegVQBF4hJU

https://www.youtube.com/watch?v=dD\_5K\_Iv8\_Q

https://www.youtube.com/watch?v=bFwULA-pbi0

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

***Домашнє завдання:***

**1.** Записати відео виконання приставного кроку (вліво та вправо), як показано на відео

<https://www.youtube.com/watch?v=SZ_cCU32_-g>

**відправити на пошту lopatindaniil737@gmail.com або HUMAN**