**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок:№24**

**Дата: 25.10.2024**

**Клас: 6-А, 6-Б.**

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

**Тема:** БЖД. Підсумковий урок з варіативних модулів: «Дитяча легка атлетика», «Панна», «Баскетбол 3х3».

**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. Виконати підсумкове завдання.

**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. **Виконати підсумкове завдання.**

Виконати підсумковий тест.

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:** виконати підсумковий тест.

відправити на пошту [lopatindaniil737@gmail.com](mailto:lopatindaniil737@gmail.com) або HUMAN

1. Пульс в спокої становить:

а) 100 - 120 ударів в хвилину

б) 60 - 90 ударів в хвилину

в) 90 - 110 ударів в хвилину

1. Які стрибки є у легкій атлетиці? (Обрати декілька відповідей)

а) Стрибок у довжину з розбігу

б) Стрибок у висоту

в) Стрибок з жердиною

г) Стрибок у ширину

ґ) Стрибок у глибину

д) Потрійний стрибок

1. На якому малюнку зображено стрибок з жердиною?

а) ****

б) 

в) 

1. Біг на короткі дистанції виконують з:

а) Низького старту

б) Високого старту

в) Середнього старту

г) З будь-якого старту

1. Яку назву має даний вид бігу?



а) з перешкодами

б) кросовий

в) естафетний біг

г) біг на довгі дистанції

1. Що таке "фол" в панні?

а) Коли м`яч виходить за межі поля

б) Порушення правил

в) Коли гравець забиває гол

1. Яка тривалість матчу в панні?

а) 3 хвилини

б) 10 хвилин

в) 15 хвилин

1. Скільки гравців можуть грати в гру панна?

а) 1 на 1

б) 6 на 6

в) 11 на 11

1. Якою форми майданчик для гри "Панна"?

а) прямокутний

б) квадратний

в) коло

1. Кількість гравців в команді баскетболу 3х3 (стрітбол)?

а) 2

б) 3

в) 4

г) 5

1. Скільки очок дається за штрафний кидок у баскетболі 3х3 (стрітбол)?

а) 1

б) 2

в) 3

г) 4

1. Баскетбол 3х3 (стрітбол) грається на...

а) одне кільце

б) два кільця