**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок:№35**

**Дата: 26.11.2024**

**Клас**: **6-А, 6-Б.**

**Модуль: «Гімнастика», «Гандбол», «Волейбол».**

**Тема:** **БЖД. ЗРВ у русі та на місці. *Волейбол:* техніка прийом м’яча двома руками знизу після переміщення. Елементи навчальної гри у волейбол. *Гімнастика*: техніка виконання комбінації видів стрибків зі скакалкою. ЗРВ із скакалкою. *Гандбол:* передача в русі парами зі зміною місць.**

**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. Волейбол: техніка прийом м’яча двома руками знизу після переміщення. Елементи навчальної гри у волейбол.

4. Гімнастика: техніка виконання комбінації видів стрибків зі скакалкою.ЗРВ із скакалкою.

5. Гандбол: передача в русі парами зі зміною місць.

**Хід уроку**

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

<https://www.youtube.com/watch?v=RQ2KUUupuFU&t=19s>

1. **ЗРВ у русі та на місці.**

<https://www.youtube.com/watch?v=97KR4v2hmuI>

1. **Волейбол: техніка прийом м’яча двома руками знизу після переміщення. Елементи навчальної гри у волейбол.**

<https://www.youtube.com/watch?v=WYNoY8Y_5wY>

1. **Гімнастика: техніка виконання комбінації видів стрибків зі скакалкою. ЗРВ із скакалкою.**

<https://youtu.be/B5khxhxMROs?t=14>

<https://youtu.be/U6sKNptTDz8?t=19>

<https://www.youtube.com/watch?v=gTRzC7HenQg>

<https://www.youtube.com/watch?v=18w9634Oz68>

1. **Гандбол: передача в русі парами зі зміною місць.**

<https://youtu.be/_W3ukrl6C9o?t=203>

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

***Домашнє завдання:*** повторити правила з гандболу.