**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок: №44**

**Дата: 29.04.2025**

**Клас: 5-А, 5-Б**

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

**Тема уроку:** БЖД. ЗРВ у русі та на місці. Рух.ігри: Індивідуальна творчість та командна взаємодія – шлях до креативного успіху в рухливих іграх. Доджбол: Кидки м’яча знизу однією рукою, від стіни. Гра у доджбол. Волейбол: нижня пряма та бокова подачі з-за лицьової лінії, прийом м’яча після подачі.

**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. Рух.ігри: Індивідуальна творчість та командна взаємодія – шлях до креативного успіху в рухливих іграх.

4. Доджбол: Кидки м’яча знизу однією рукою, від стіни. Гра у доджбол.

5. Волейбол: нижня пряма та бокова подачі з-за лицьової лінії, прийом м’яча після подачі.

**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.** **Рух.ігри: Індивідуальна творчість та командна взаємодія – шлях до креативного успіху в рухливих іграх.**

<https://www.youtube.com/watch?v=3yHBhcWd4AE>

**4. Доджбол: Кидки м’яча знизу однією рукою, від стіни. Гра у доджбол.**

<https://www.youtube.com/watch?v=1Z836TonMjU>

**5. Волейбол: нижня пряма та бокова подачі з-за лицьової лінії, прийом м’яча після подачі.**

<https://www.youtube.com/watch?v=_2Qjsdg7Sic>

<https://www.youtube.com/watch?v=khq1fmhm8i8>

<https://youtu.be/liR7D9eBcOw?t=28>

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

Повторити виконання нижньої прямої та бокової подачі з-за лицьової лінії, прийому м’яча після подачі.