**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок:№14**

**Дата: 03.10.2024**

**Клас: 7-А, 7-Б.**

**Модуль: легка атлетика, баскетбол 3х3, волейбол.**

Тема: БЖД.ЗРВ. Волейбол. Верхня пряма подача. Легка атлетика. Біг з різних вихідних положень. Баскетбол 3×3. Навчальна гра з елементами ведення.

**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. Верхня пряма подача.

4. Легка атлетика. Біг з різних вихідних положень.

5. Баскетбол 3×3. Навчальна гра з елементами ведення.

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=E1VMLTryfTk>

**3. Волейбол. Верхня пряма подача**

<https://www.youtube.com/watch?v=4U6wSwqy_2E>

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

**4. Легка атлетика. Біг з різних вихідних положень.**

<https://www.youtube.com/watch?v=Zm-MEBr7icg>

**5. Баскетбол 3×3. Навчальна гра з елементами кидків.**

<https://www.youtube.com/watch?v=6AO8jbdi-2k&t=97s>

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

**Домашнє завдання: Виконати Комплекс вправ для розвитку фізичних якостей.**

<https://www.youtube.com/watch?v=UphW3RozWzk>

відправити відео на пошту або хюман lopatindaniil737@gmail.com