**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок:№53**

**Дата: 22.05.2025**

**Клас: 7-А, 7-Б.**

**Модуль: БАСКЕТБОЛ, ДОДЖБОЛ, БАДМІНТОН**

**Тема:** ***ОВ.ЗРВ. Баскетбол.*** Технічні прийоми нападу і захисту у взаємодіях з партнерами під час навчальної гри. Баскетбольні терміни. ***Доджбол.*** Навчальна гра доджбол. Спеціальні вправи для розвитку м’язів черевного преса, спини.  ***Бадмінтон.*** Навчальна гра. Способи тримання ракетки.

**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.**Баскетбол.** Технічні прийоми нападу і захисту у взаємодіях з партнерами під час навчальної гри. Баскетбольні терміни.

4. ***Доджбол.*** Навчальна гра доджбол.Спеціальні вправи для розвитку м’язів черевного преса, спини.

5. ***Бадмінтон.*** Навчальна гра. Способи тримання ракетки.

**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>

<https://www.youtube.com/watch?v=2wm2_xBdDs4&t=321s>

1. ***Баскетбол.* Технічні прийоми нападу і захисту у взаємодіях з партнерами під час навчальної гри. Баскетбольні терміни.**

<https://www.youtube.com/watch?v=DPDHD174LmE>

1. ***Доджбол.*** **Навчальна гра доджбол. Спеціальні вправи для розвитку м’язів черевного преса, спини.**

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

1. ***Бадмінтон*. Навчальна гра. Способи тримання ракетки.**

http://youtube.com/watch?v=8mhI6huFU9o

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**

Повторити способи тримання ракетки у бадмінтоні.