**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок:№41**

**Дата: 24.04.2025**

**Клас: 7-А, 7-Б.**

**Модуль: БАСКЕТБОЛ, ДОДЖБОЛ, БАДМІНТОН**

**Тема:** ***ОВ.ЗРВ.*** Баскетбол. Спеціальна фізична підготовка баскетболіста. Доджбол. Прямі та бокові кидки. Бадмінтон. Подачі з фіксацією ударного положення. Удар над головою. Навчальна гра.

**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. Методика розвитку фізичних якостей.

4. Доджбол. Пересування різними способами в поєднанні з кидками та ловінням м’яча.

5.Бадмінтон. Подачі з фіксацією ударного положення. Удар над головою. Навчальна гра.

**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. Спеціальна фізична підготовка баскетболіста.**

<https://www.youtube.com/watch?v=xLy1-lpv27M>

1. **Доджбол. Прямі та бокові кидки.**

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

<https://www.youtube.com/watch?v=joiXLOkWq1U>

<https://www.youtube.com/watch?v=kQB3uCUJBMY>

1. **Бадмінтон. Подачі з фіксацією ударного положення. Удар над головою. Навчальна гра.**

<https://www.youtube.com/watch?v=D38f8Vde3Qc>

<https://www.youtube.com/shorts/HQumMiI2alE>

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

**ЗВЕРНИ УВАГУ!**

**Домашнє завдання:**  повторити виконання прямих та бокових кидків у доджболі.