**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок:№36**

**Дата: 29.11.2024**

**Клас: 7-А, 7-Б.**

**Модуль: Рухливі ігри. Футбол. Алтимат.**

**Тема:** **ОВ. ЗРВ. *Рухливі ігри.* Рухливі ігри за вибором дітей. *Футбол.* Вдосконалення вивчених прийомів, атакуючи суперника в умовах виконання ігрових вправ. *Алтимат.* Бігові вправи.**

**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. Рухливі ігри. ЗРВ з рушником.

4. Футбол. Вдосконалення вивчених прийомів, атакуючи суперника в умовах виконання ігрових вправ.

5. Алтимат. Бігові вправи.

**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>

1. **Рухливі ігри. ЗРВ з рушником.**

<https://www.youtube.com/watch?v=a9Pf9KwaRyU>

1. **Футбол. Вдосконалення вивчених прийомів, атакуючи суперника в умовах виконання ігрових вправ.**

<https://youtu.be/Se64RSIT1b4?list=PLswZZnbMnxHTywF3QFU-zwZ3jrgdyFyYJ&t=10>

1. **Алтимат. Бігові вправи.**

<https://www.youtube.com/watch?v=Trrt4VsHVy8>

**Домашнє завдання:**

1. **Виконати бігові вправи (будь-яких 5 штук) згідно відео** <https://www.youtube.com/watch?v=Trrt4VsHVy8>

Відправити відео на пошту [lopatindaniil737@gmail.com](mailto:lopatindaniil737@gmail.com) або хьюман