

**Тема уроку:** *Організаційні вправи, загальнорозвивальні вправи. Різновиди ходьби та бігу. Вправи з великим м'ячем: елементи баскетболу (тримання, передачі м'яча, ловіння м'яча, ведення м'яча). Рухлива гра «Танцювальна фігура, замри!»*

**Завдання уроку:**

1. Повторити правила поведінки під час виконання фізичних вправ вдома.
2. Удосконалювати вміння виконувати загальнорозвивальні вправи на місці.
3. Формувати знання технік виконання вправ з великим м'ячем.
4. Сприяти вихованню свідомого ставлення до занять фізичною культурою.

**Опорний конспект**

**I. ВСТУПНА ЧАСТИНА**

1. Правила техніки безпеки під час занять спортом в домашніх умовах.  
<https://youtu.be/TrvqidMnV6A>

**II. ОСНОВНА ЧАСТИНА**

1. Організаційні вправи, загальнорозвивальні вправи  
<https://youtu.be/UeEhWIlxS3Y>
2. Різновиди ходьби.  
<https://youtu.be/OO- a qHkSw>
3. Бігові вправи.  
<https://youtu.be/BwnmSwHb40I>
4. Вправи з великим м'ячем: елементи баскетболу (тримання, передачі м'яча, ловіння м'яча, ведення м'яча).  
<https://youtu.be/zlxxNAiH42o>  
<https://youtu.be/ddBTIqfV5A>



### **III. ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА**

#### **1. Танцювальна руханка**

Замість гри виконайте веселі руханки.

<https://youtu.be/Lf0YdjKvGHM>

<https://youtu.be/3sg5oJQmlBY>

***Бажаю вам гарного настрою і міцного здоров'я!***