**Дата: 12.12.2022р.**

**План – конспект уроку з фізичної культури**

**Урок:№41**

**Клас: 5-А,Б**

**Модуль:** гандбол,волейбол,настільний теніс.

**Мета:** сприяти розвитку рухових якостей,виховувати в учнів любов до занять фізичними вправами.

**Завдання уроку:**Гандбол. Тактичні дії у нападі.

**Домашнє завдання**: Гандбол. Тактичні дії у нападі.

**Хід уроку**

**І.Тактичні дії у нападі.**

**Напад**

Напад - найцікавіший вид дій команди. Основна мета нападу - закинути м'яч у ворота суперників. Під час гри ситуація на майданчику безперервно змінюється. За таких нестандартних умов неабиякого значення набуває вміння гравця орієнтуватися й обирати найефективніший спосіб продовження гри.

Під час нападу, особливо складно орієнтуватися, оскільки гравець з м'ячем одночасно діє і проти захисника, і проти воротаря. Вибір тактичних дій у нападі залежить від кваліфікації гравців. Добре підготовлена команда завжди може змінити тактику нападу, зважаючи при цьому на сильні й слабкі сторони захисту.

У практиці гри в гандбол склалося два види нападу: з ходу і проти організованого захисту. Напад з ходу здійснюють безпосередньо після оволодіння м'ячем, якщо не всі гравці команди суперників одночасно можуть взяти участи в захисті своїх воріт. У нападі організованого захисту застосовують системи «3-3» та «4-2».

**Система нападу «3-3»**

Гравці розташовуються на майданчику. Троє з них грають у першій лінії, троє - в другій. Гравці першої лінії атакують з кутових і центральних позицій безпосередньо біля лінії площі воротаря. Гравці другої лінії атакують ворона з далеких і середніх дистанцій: вони мають володіти точним кидком з 10 - 11 м. Гравці з обох ліній спільними докладаннями сили, застосовуючи різноманітні переміщення й передачі м'яча. Намагаються створити на одній із ділянок атаки кількісну перевагу і сприятливу для кидка ситуацію.

Центральний гравець першої лінії весь час перебуває в готовності узяти м'яч. Він часто переміщається вздовж зони воротаря, бере активну участь у створенні заслонів. Йому допомагають гравці, які діють на кутових позиціях. Активні дії гравців першої лінії сприяють діям гравців другої, і навпаки.

**Система нападу «4-2»**

Застосовуючи систему нападу «4-2», гравці розташовуються на майданчику: четверо з них грають у першій лінії, двоє - в другій. Чотири гравці першої лінії сковують своїми активними діями гравців захисту, створюючи передумови для кидків з далеких і середніх дистанцій для гравців другої лінії.

Система нападу «4-2» характеризується значною кількістю заслонів, вимагає чіткої взаємодії нападаючих, швидкої і точної передачі м'яча. Велика рухливість гравців першої лінії спричиняє додаткові ускладнення для захисту і створює умови для атак з крайніх кутових позицій.

**Відеоматеріал за посиланням:**

[**Тактичні дії у нападі!**](https://www.youtube.com/watch?v=raSQPK1IoyQ&ab_channel=%D0%98%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D0%98%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0)

**ІІ. Домашнє завдання:**

1. Гандбол. Написати конспект з даної теми та надіслати на ел.пошту: **asgriva95@gmail.com**