План конспект уроку № 77

Для учнів 8 класу

Тема :спортивні ігри (волейбол)

Завдання:

1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2. Закріпити техніку виконання нападаючого удару та одиночного блокування;

3. Різновиди волейболу;

4. Розвиток спритності.

Хід заняття: 1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2. Закріпити техніку виконання нападаючого удару та одиночного блокування;

<https://www.youtube.com/watch?v=3qsT4eHzaXM>

<https://www.youtube.com/watch?v=pwtuCAOA5wg>

3. Різновиди волейболу;

<https://www.youtube.com/watch?v=WK5N0fb3h48>

Домашнє завдання: 1.Повтори БЖД і виконай комплекс ЗРВ та вправи для розвитку спритності; 2.Уважно переглянь відео та дай відповідь на питання:

а) який склад команди у пляжному волейболі?

б) чим відрізняється парковий волейбол від класичного?

в) скільки спортсменів грають у сніговий волейбол?

г) що відрізняє текволей від інших видів волейболу?

г\*) яка особливість воллібола?

д) який розмір майданчика у міні-волейболі?

е) хто в основному грає у сидячий волейбол?

є) яка висота сітки у волейсокі?

ж) який вигляд має сітка у кертнболі?

з) які особливості болотяного волейболу?

і) на якій глибині грають у водяний волейбол?

ї) яким м’ячем грають у гігантський волейбол?

й) які види спорта об’єднує бособол?