План конспект уроку № 57

Для учнів 7 класу

Тема :спортивні ігри (баскетбол).

Завдання:

1.Повторити комплекс вправ ЗРВ.

2.Розвивати фізичні якості: спритність;

3. Контрольні питання з правил гри у баскетбол;

4.Виконати чергування вивчених способів передач м’яча.

5. Вчити кидку з середньої відстані.

Хід заняття:

1.Повторити комплекс вправ ЗРВ;

<https://www.youtube.com/watch?v=97KR4v2hmuI&t=35s>

2.Розвивати фізичні якості: спритність;

<https://www.youtube.com/watch?v=ZViIFi3AUKI&t>

3. Контрольні питання з правил гри у баскетбол;

1.Яка мета кожної команди в баскетболі?

2.Що дозволяється під час гри?

3.Які дії під час гри є порушенням?

4.Що призначається при рівному рахунку після закінчення ігрового часу?

5.Яка кількість очок може бути зарахована за одне влучання м’яча?

6.Які розміри майданчика щита та м’яча у баскетболі?

7.Що означає зона 3-очкових кидків?

8.В яких випадках м’яч набуває статусу «живого»?

9.В яких випадках м’яч набуває статусу «мертвого»?

10.Що таке порушення?

11.Коли гравець знаходиться за межами ігрового майданчика?

12.Коли м’яч знаходиться за межами ігрового майданчика?

4.Виконати чергування вивчених способів передач м’яча.

<https://www.youtube.com/watch?v=jEZCm0TBlHo>

5. Вчити кидку з середньої відстані.

<https://www.youtube.com/watch?v=ltJ2Qo4nouU>

Домашнє завдання :

Дати відповідь на КП. Виконати комплекс вправ для розвитку спритності та ЗРВ.