План конспект уроку № 54

Для учнів 7 класу

Тема :спортивні ігри (баскетбол).

Завдання:1. Вчити техніку ведення зі зміною напрямку та швидкості;

2.Повторити комплекс вправ ЗРВ;

3. Закріпити техніку передачі та ловіння м’яча;

4.Розвивати фізичні якості: швидкість;

5. Вчити штрафний кидок ;

6. Вчити правила гри та жести суддів;

Хід заняття:

1. Вчити техніку ведення зі зміною напрямку та швидкості;

<https://www.youtube.com/watch?v=-7eViHbUOyQ>

2.Повторити комплекс вправ ЗРВ;

3. Закріпити техніку передачі та ловіння м’яча;

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

4.Розвивати фізичні якості: швидкість;

<https://www.youtube.com/watch?v=s5D1BZ5ktH4&t>

5. Вчити штрафний кидок ;

[https://www.youtube.com/watch?v=gTuFiWs2yz8](https://www.youtube.com/watch?v=gTuFiWs2yz8%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20%20)

6. Вчити правила гри та жести суддів;

<https://www.youtube.com/watch?v=ik_GBD-mSbQ>

Домашнє завдання: 1.Виконай комплекс ЗРВ;

2.Переглянь відео і напиши чотири любих жеста судді;

3.Ознайомся з технікой виконання штрафного кидка;