План конспект уроку № 68

Для учнів 7 класу

Тема :спортивні ігри (волейбол)

Завдання:1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2 Вчити правила гри;

3. Повторити передачі та прийом м’яча зверху;

4.Розвивати фізичні якості: спритність (СФП);

Хід заняття:

1. Повторити комплекс ЗРВ

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

2.Повторити передачі та прийом м’яча зверху;

<https://www.youtube.com/watch?v=mg0dt5rw7WM>

3.Розвивати фізичні якості: спритність (СФП);

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

4.Вчити правила гри;

<https://www.youtube.com/watch?v=FsOQd-pkfrU>

Домашнє завдання: Виконати комплекс ЗРВ та СФП. Вчити правила гри