План конспект уроку № 58

Для учнів 9 класу

Тема :спортивні ігри (баскетбол)

Завдання:1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2.Контрольні питання по жестам суддів;

3.Закріпити навички накривання м’яча і грі через центрового;

; 4. Повторити вибір місця на майданчику;

5.Розвивати фізичні якості: спритності;

Хід заняття: 1 .Повтори БЖД і виконай комплекс ЗРВ та вправи для розвитку спритності;

2.Контрольні питання по жестам суддів;

КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ ПО ЖЕСТАМ СУДДІВ У БАСКЕТБОЛІ(Ч.2)

1.Показ номеру гравця суддівському столику;

2.Неправильна гра руками;

3.Блокування у захисті або нападі;

4.Надмірне розмахування ліктями;

5.Поштовх суперника;

6.Фол команді ,яка контролює м’яч(фол у нападі)

7.Взаємний фол;

8.Технічний фол;

9.Неспортивний фол;

10.Фол, який дискваліфікує;

Жести суддів у баскетболі:

<https://www.youtube.com/watch?v=2igJRzgsc-w>

3.Закріпити навички накривання м’яча і грі через центрового;

<https://www.youtube.com/watch?v=oNgfo7DbNzc&t=32s>

; 4. Повторити вибір місця на майданчику; <https://www.youtube.com/watch?v=Qvc8ScbQ16A>

Домашнє завдання: 1 .Повтори БЖД і виконай комплекс ЗРВ і вправи для розвитку стрибучості;

2.Дай відповідь на контрольні питання по жестам суддів;