План конспект уроку № 64

Для учнів 9 класу

Тема :спортивні ігри (волейбол)

Завдання:1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2.Вчити історію розвитку волейболу;

3. Повторити передачі та прийом м’яча;

4. Вчити техніці передачі м’яча зверху за спину.

5.Розвивати фізичні якості: силу;

Хід заняття: 1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2.Вчити історію розвитку волейболу;

Розвиток волейболу в Україні

Вважають, що поширення волейболу в Україні розпочалося з 1925 року, коли в Харкові була створена перша волейбольна команда.

У 1927 році в Харкові видано перший посібник М. І. Черкесова «Волейбол, городки і кеглі».

У кінці 1926 року відбулися перші зустрічі між командами студентів Харкова й Москви. У цьому році в Харкові було всього 5 жіночих і 9 чоловічих команд, а вже в 1927 році – 10 жіночих і 18 чоловічих.

У 1928 році в Україні відбулася першість республіки, у якій взяли участь команди з 21 міста. З початку 90-х років минулого століття, коли наша країна виборола незалежність, стали проводитися чемпіонати України та змагання на кубок України серед чоловічих та жіночих команд. Найсильніші чоловічі та жіночі 8 команди брали участь у різних європейських кубках, де ставали переможцями і здобували перші та призові місця. Українські волейбольні команди – переможці та призери європейських кубків:

КУБОК ЧЕМПІОНІВ (жінки):

1995 р. – «Іскра» (Луганськ) здобули Бронзу.

1996 р. – «Іскра» (Луганськ) здобули Бронзу. КУБОК ТОП-КОМАНД (чоловіки):

2004 р. – «Локомотив» (Харків) здобули Срібло.

2005 р. – «Локомотив» (Харків) здобули Золото.

КУБОК ЄКВ (жінки):

1994 р. – «Орбіта» (Запоріжжя) здобули Бронзу.

1995 р. – «Іскра» (Луганськ) здобули Срібло.

1999 р. –«Іскра» (Луганськ) здобули Срібло.

Вдалими можна вважати здобутки юнацьких та молодіжних команд України на Європейській першості. Серед спортивних клубів варто назвати чоловічі команди:

«Локомотив» (Харків) та «Азот» (Черкаси) та жіночі: «Іскру» (Луганськ), «Орбіту» (Запоріжжя) та «Круг» (Черкаси).

У 2005 році жіноча юнацька збірна стала чемпіоном Європи. А у 2006 р. волейболісти молодіжної збірної вибороли бронзові медалі на чемпіонаті Європи.

3. Повторити передачі та прийом м’яча;

Прийом м’яча знизу і передача зверху

<https://www.youtube.com/watch?v=7zg3rJI1Zbc>

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

4. Вчити техніці передачі м’яча зверху за спину.

<https://www.youtube.com/watch?v=awk0qDbQdlo>

5.Розвивати фізичні якості: силу;

Розвиток сили.Ком.2





Домашнє завдання: 1.Повторити БЖД і виконати комплекси ЗРВ та вправи для розвитку сили; 2.Уважно прочитай історію волейболу;

3.Переглянь відео і напиши як виконується передача за спину;