План конспект уроку № 58(71)

Для учнів 9 класу

Тема :спортивні ігри (волейбол)

Завдання:

1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2.Повторти подачу м’яча;

3. .Контрольні питання по правилам гри.

4.Розвивати фізичні якості: cпритність;

Хід заняття: 1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2.Повторти подачу м’яча;

<https://www.youtube.com/watch?v=Q14YmlHnTWY>

3.Контрольні питання по правилам гри. КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ

1.Які розміри волейбольного майданчика?

2.На якій висоті встановлюють волейбольну сітку?

3.З кількох партій складається гра?

4.До скількох очок триває кожна партія?

5.Як називаються обмежувальні лінії на майданчику?

6.Що дозволяється робити гравцям передньої лінії?

7.Які дії виконує гравець задньої лінії?

8.Як виконується подача?

9.Які дії дозволяється виконати команді після прийому подачі?

10.Після яких помилок суперника команді зараховується очко?

11.Після яких дій подача переходить до іншої команди?

12.Як виконується перехід при подачі?

4.Розвивати фізичні якості: cпритність;

Домашнє завдання: 1.Повтори БЖД і виконай комплекс ЗРВ та вправи для розвитку спритності; 2.Дай відповідь на контрольні питання;