План конспект уроку №54( 67)

Для учнів 9 класу

Тема :спортивні ігри (волейбол)

Завдання:1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2. Повторити передачі та прийом м’яча;

3.Вчити правила гри;

4.Розвивати фізичні якості; спритність;

Хід заняття: 1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ;

2. Повторити техніку передачі та прийом м’яча;

<https://www.youtube.com/watch?v=nE2oVddxjgI&t=12s>

3.Вчити правила гри;

Правила гри у волейбол

<https://www.youtube.com/watch?v=GLw6cn-UjhI>

4.Розвивати фізичні якості; спритність;

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

Домашнє завдання: 1.Повторити БЖД і комплекс ЗРВ та вправ для розвитку спритності;

2.Переглянь відео і повтори (напиши) техніку передачі та прийому м’яча. 3.Повторюй правила гри уважно переглянь відео.

БЖД.Різновиди ходьби та бігу. Комплекс ЗРВ.Розвиток спритності.Повторити техніку передачі м’яча:зверху,знизу,зверху за спину.