

Здравствуй, дорогой друг!

Тема урока: «Обучение передаче мяча в парах. Подвижная игра «Мяч из круга» Обучение броскам мяча через сетку двумя руками от груди, из-за головы, снизу. Разучивание подвижной игры «Выстрел в небо»

Цель урока: формирование умений передач и бросков баскетбольных мячей, разучить игру «Выстрел в небо», повторить игру «Мяч из круга»

Ход урока

- 1) Выполнить разминку 5-7 минут(зарядка), повторить технику безопасности .
- 2)Изучить передачу мяча в парах. Броски мяча через сетку двумя руками от груди, из-за головы,снизу.(устно)

Составить комплекс упражнений для мышц рук (письменно)

Свою работу можешь прислать на мою почту orlova.tatyna2014@yandex.ru, на WhatsApp или через почту в электронном дневнике.

Желаю удачи!