

Тема урока: Контрольный урок по теме «Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 см. от сетки.»

Добрый день ребята, начинаем урок физической культуры в дистанционном режиме

1) Откройте тетрадь и запишите:· на полях число, классная работа, тему урока

Задание 1 . Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр.

1. Требования безопасности во время проведения урока

При выполнении упражнений в движении учащийся должен:

- избегать столкновений с другими учащимися;
- перемещаясь спиной, смотреть через плечо;
- исключать резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;
- соблюдать интервал и дистанцию;
- быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений другими учащимися;
- по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на своё место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

Задание 2 Открываем учебник «Физическая культура 5-6-7 классы» раздел « Волейбол» Вспомним теорию 5 класса раздел « Волейбол» абзац «Приём мяча снизу над собой » страница 120. Рассмотрим рисунок № 60.

Задание 3.

Ответить письменно на вопросы.

1. Сколько касаний у команды при игре с мячом?
 - а) три и более
 - б) три
 - в) одно
 - г) два
2. Кто такой либеро?
 - а) свободный связующий
 - б) свободный защитник
 - в) нападающий
3. С какой точки задней линии разрешено подавать подачу?
 - а) с 1 зоны
 - б) с любой точки
 - в) с 6 зоны
4. В каком году волейболисты впервые участвовали в Олимпийских играх?
 - А) 1960 г
 - Б) 1985 г
 - В) 1964 г
5. Переход из одной зоны в другую выполняется:
 - А) произвольно
 - Б) по часовой стрелке
 - В) против часовой стрелки
6. Если мяч попал в потолок, судья показывает жест:
 - А) спорный мяч
 - Б) замечание
 - В) аут
7. Сколько секунд дается на подачу?
 - А) 8 секунд

- Б) 12 секунд
- В) 5 секунд

Ответь на вопросы письменно, сфотографируй и перешли в Ватсап преподавателю.