

Тема урока: Правила игры «Точно в цель».

Добрый день ребята, начинаем урок физической культуры в дистанционном режиме

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

Задание 1. Ознакомьтесь с правилами игры.

Игра «Точно в цель»

Играющие становятся в круг. На земле перед ними проводится черта. В середину круга идет водящий.

Ребята, стоящие по кругу, перебрасывают между собой волейбольный мяч. Они выбирают удобный момент, чтобы запятнать мячом водящего Тот, кому это удастся, сменяет водящего в кругу, а водящий идет на его место.

Игру можно усложнить и проводить, соблюдая следующие условия. Водящий все время увертывается от мяча, чтобы его не могли осалить. Игрок же, бросая в него мяч, громко произносит. «Цель» Это означает, что мяч метается в водящего, а не передается партнеру по кругу. Если при этом игрок промахнулся и не попал по цели, то он встает на одно колено В этом положении он продолжает ловить и бросать мяч в водящего В случае вторичного промаха, он встает на оба колена и в этом положении продолжает игру Однако, если, бросая мяч в водящего, игрок в третий раз промахнулся, то он выходит из игры Если же попал, то снова встает на одно колено и продолжает играть В случае вторичного попадания он имеет право опять продолжать игру стоя Если мяч, брошенный кем-либо, коснулся водящего, а игрок, бросивший мяч, не произнес при этом слова «цель», то попадание не засчитывается и игра продолжается без смены водящего.

Задание 2. Нарисуйте рисунок на тему урока.

Все выполненные задания прислать на Ватсап преподавателю.