

Урок физкультуры в 6 классе

Учитель физкультуры

МКОУ «Парижскокоммунская
СОШ»

Ковалева Татьяна

Николаевна

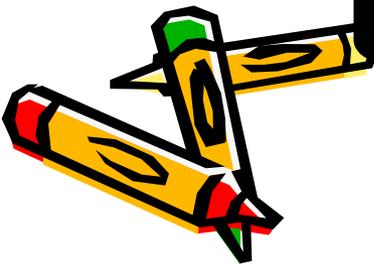
2014г.



Тема урока:



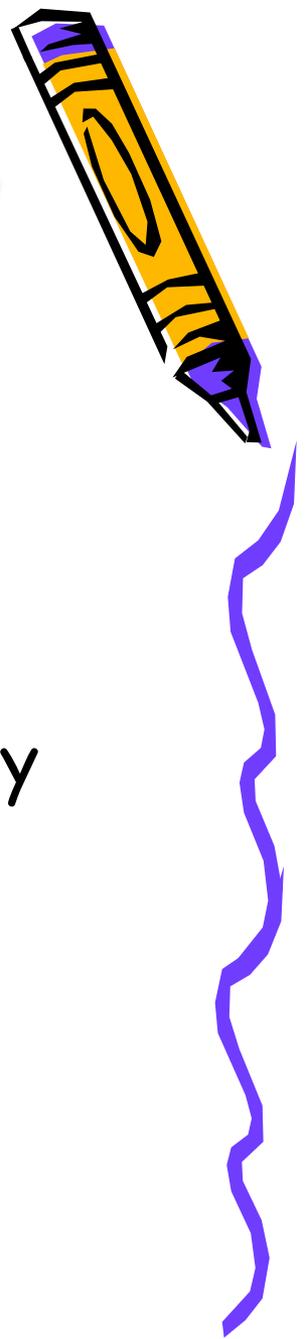
Волейбол



Задачи урока:

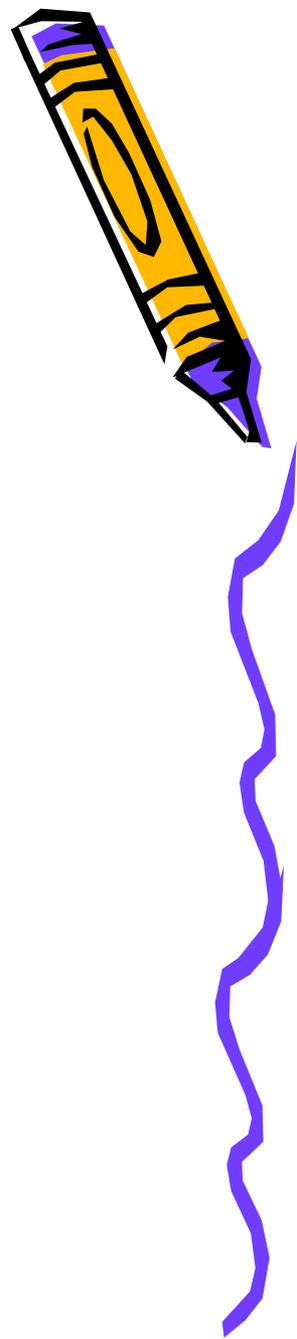
Образовательные:

- Правила игры в волейбол
- Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками
- Совершенствование приема мяча снизу двумя руками
- Учебная игра
- Челночный бег



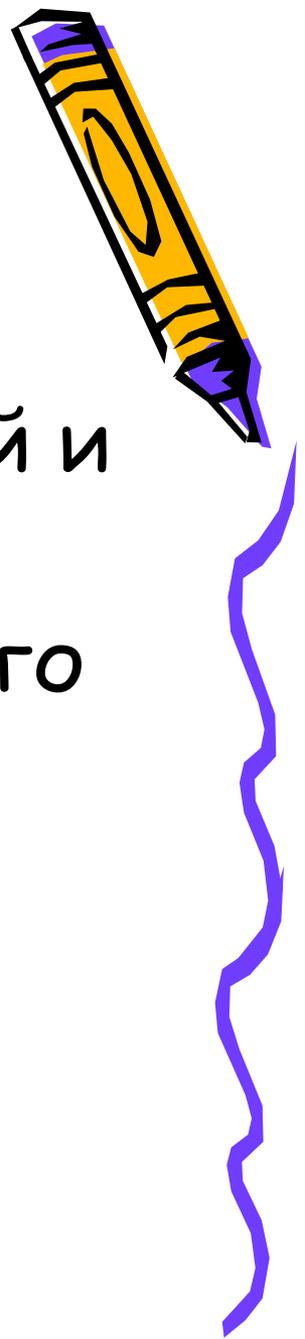
Воспитательные

- Воспитывать на уроке чувство взаимопомощи
- Воспитывать ответственность, самостоятельность и дисциплинированность



Оздоровительные

- Укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной систем
- Укрепление опорно-двигательного аппарата
- Закаливание организма

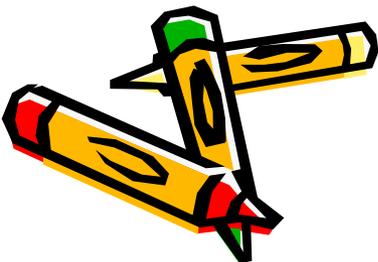


План урока

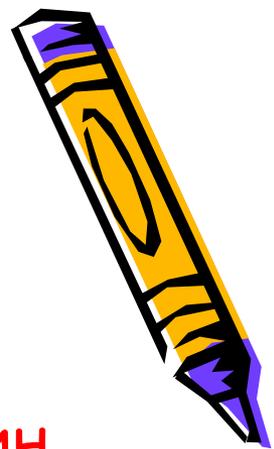


Вводно-подготовительная часть 8-10мин.

- орг.момент (построение, сдача рапорта, объявление задачи урока)
- разминка: строевые упражнения, ходьба и ее разновидности, бег и его разновидности;
- ОРУ на месте;



Основная часть 28-30 мин.



- Правила игры в волейбол до 5 мин.
- Совершенствование передачи мяча сверху двумя руками до 5 мин.
- Совершенствование приема мяча снизу двумя руками до 5 мин.
- Учебная игра до 10 мин.
- Челночный бег до 5 мин.



Заключительная часть 3-5 мин.



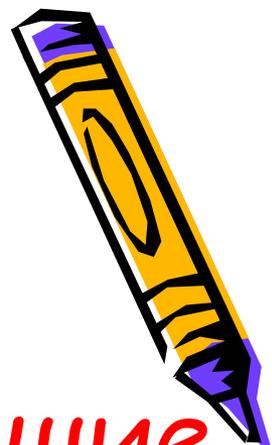
Подведение итогов урока:

- выставление оценок
- замечание по форме уч-ся
- задание на дом
- организованный уход с урока





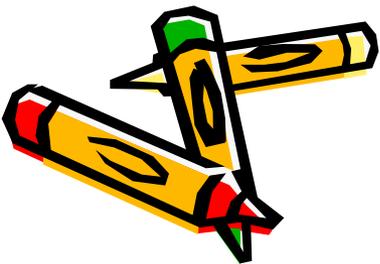
• **Общеразвивающие упражнения**



• Совершенство
вание
передачи
мяча двумя
руками сверху



Совершенство
вание
передачи
мяча двумя
руками сверху



учебная игра в волейбол

