

## **План-конспект заняття № з фізичного виховання**

**Тема заняття:** Волейбол. Техніка гри.

**Задачі заняття:**

1. Продовжувати вивчення техніки виконання прийомів гри у нападі та захисті.
2. Сприяти розвитку швидкості, спритності, уваги.
3. Сприяти збереженню та покращенню фізичного здоров'я.

### **I. Підготовча частина – 20 – 25 хв.**

1. Шикування, привітання, повідомлення задач заняття.
2. Ходьба, її різновиди. Повільний біг 3 хв.
3. Загально-розвиваючі вправи в русі, на місці.

### **II. Основна частина – 50 –55 хв.**

1. Естафети з елементами волейболу.
2. Навчальна гра по спрощеним правилам.

### **III. Заключна частина - 5 хв.**

1. Шикування, підсумки заняття.
2. Домашнє завдання: підготувати відео ігрових моментів гри у волейбол з поясненням прийомів, використаних гравцями під час гри.

Викладач: Гаркуша О.А.