Конспект урока по физической культуре на тему «Техника подачи и приема мяча, блокирование в игре «Волейбол»

Раздел программы: Спортивные игры.

Направленность: Образовательно-познавательная.

Тема урока: Техника подачи и приема мяча, блокирование в игре волейбол.

Цель урока: повышать двигательную активность обучающихся с помощью игры волейбол.

Задачи урока:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата.

2. изучение техники приѐма и передачи мяча; 2. закрепление техники нападающего удара и блокирования мяча.

3. воспитывать чувства коллективизма, взаимовыручки и уважения к товарищам по команде.

Место проведения: спортивный зал.

Материально-технические обеспечение: мячи волейбольные, мячи набивные, мультипроектор.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Деятельность учителя  | Деятельность учащихся | Дозировка | Методические приемы обучения, воспитания и организации |
| ОГ | ПГ | СМГ |
| 1.Построение. Учитель приветствует учащихся. 2.Сообщение задач урока. Учитель называет тему урока. Техника игры в волейбол подразделяется на две части: техника игры в нападении и техникаигры в защите. Назовите, что по вашему относятся к технике нападения? К технике защиты? Учитель предлагает определить образовательные задачи урока по теме урока. 3.Просмотр презентации. А сейчас я предлагаю посмотреть презентацию «Техника подачи и приема мяча, блокирование в игре «Волейбол»Разминка. 4.Учитель предлагает перестроиться в колонну по одному. Объясняет и показывает упражнения По ходу выполнения исправляет ошибки и комментирует значение выполняемых упражнений.  | Обучающиеся приветствуют учителя. Воспринимают тему урока. Отвечают на первый вопрос: подача, передача, нападающий удар. Отвечают на второй вопрос: прием мяча и блокирование. Определяют задачи урока1.Ходьба: - на носках, руки вверх, вращения кистями; - на пятках, руки перед грудью, пальцы скрепить в замок, предплечья сомкнуты, вращения кистями; - на внешней стороне стопы, кисти в замок, -ладони прижать к груди, локти в стороны, руки вытянуть вперѐд, ладони вывернуть от себя; 2. ОРУ с набивными мячами: -и.п.- мяч внизу. 1- мяч вверх. 2- мяч вперед. 3 вращение мяча вокруг талии. -и.п-мяч вверху. 1-наклон право,2-и.п,3-наклон влево,4-и.п- и.п..- мяч в руках перед грудью. 1 подбросить мяч вверх. 2-3 поворот на 360 гр. -и.п.- руки на поясе.прыжки через мяч. 3.Бег с заданием: - спиной вперед; - скрестным шагом; - перемещение в стойке волейболиста; - прыжки на левой, правой ноге с вращением рук вперед. | **1́** **1 ́****2́****1́****15c****15c****15c****15c****8-9р****8-9р****8-9р****8-9р****1 ́****15с****15с****15с****15с** | **1́** **1 ́****2́****1́****15c****15c****15c****15c****8-9р****8-9р****8-9р****8-9р****1 ́****15с****15с****15с****15с** | **1́** **1 ́****2́****1́****10c****10c****10c****10c****6-7р****6-7р****6-7р****6-7р****1 ́****10с****10с****10с****10с** | Построение в шеренгу, проверка наличия спортивной формы, выявление больных. Для просмотра презентации посадить учащихся на скамейки.Перестроиться в колону по одномуГолову поднять, потянуться вверх за руками. Смотреть вперед. Вращать кистями влево, вправо. Выворачивая ладони, руки выпрямить. Спина прямая. Выполнять в среднем темпе. Ноги в коленях не сгибать. Наклон глубже, голову поднять, смотреть вперед. Следить за мячомВыше прыжокБеговые задания выполняются по диагонали. Следить за дистанцией, правильным дыханием, техничным выполнением упражнений. |
| 1.Передача и прием мяча Учитель перестраивает класс в две шеренги, предлагает упражнения в парах Учитель предлагает работу в движении в шеренгах с последующим перемещением в конец своей колонны.2. Нападающий удар и блокирование Учитель спрашивает учащихся. Для чего необходим блок? Слушает ответы и при необходимости поправляетУчитель делит класс на две группы. Первая группа работает на блокировании, вторая отрабатывает нападающий удар. 3.Учитель напоминает и показывает технику нападающего удараУчитель напоминает и показывает технику блокирования | - Передачи мяча в парах сверху и снизу с выходом под мяч. - Передачи мяча над собой - передачи партнеру. - Передачи мяча через сетку в движении. - Передачи мяча во встречных колоннах с последующим перемещением в конец своей колонны- Передачи мяча во встречных колоннах с последующим перемещением в противоположную колонну.Учащиеся отвечают, для чего необходим блок.-имитация нападающего удара с 1до 3 шагов; -нападающий удар по подвешенному мячу; -нападающий удар с зоны 2,6,4. - имитация одиночного блокирования; имитация блокирования вдвоем- в парах один перебрасывает мяч через сетку, другой блокирует его; - в тройках один перебрасывает мяч через сетку, вдвоем блокируют. | 15р2\*1015р1 ́2́2 ́5 р5р10р5 р20р20 р | 15р2\*1015р1 ́2́2 ́5 р5р10р5 р20р20 р | 10р10р10р1 ́1 ́1 ́5 р3р5р3 р10р10 р | Чередовать высоту верхней передачи. Акцентировать внимание на движении руки, положении кисти на мяче. При передаче через сетку расстояние между партнерами 3 метраРазбег может состоять из 1-3 шагов. При разбеге обе руки отводят назад, а на последний шаг резко выносят вперед, помогая взлету. Ноги параллельно. Отталкивание от опоры ногами одновременно. Нападающий удар выполняют поочередноПри блокировании выпрыгивать вверх. Поднимать руки выше над сеткой. В момент удара по мячу кисти сгибать в лучезапястных суставах. Направлять мяч вперѐд-вниз, на сторону соперника. Следить за техникой выполнения |
| Подведение итогов. Как вы считаете, выполнены ли нами задачи урока? Что мы освоили с вами на уроке? | Учащиеся отвечают на вопросы | **3 ́** | **3 ́** | **3 ́** | Оценить работу учащихся на уроке, их активность, само-стоятельность. Отметить организацию работы в группах |