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 урока  1.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 одному  Голову 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 мячом  Выше прыжок  Беговые 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 поправляет  Учитель делит класс на две группы. Первая группа работает на блокировании, вторая отрабатывает нападающий удар.  3.Учитель напоминает и показывает технику нападающего удара  Учитель 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. | 15р  2\*10  15р  1 ́  2́  2 ́  5 р  5р  10р  5 р  20р  20 р | 15р  2\*10  15р  1 ́  2́  2 ́  5 р  5р  10р  5 р  20р  20 р | 10р  10р  10р  1 ́  1 ́  1 ́  5 р  3р  5р  3 р  10р  10 р | Чередовать высоту верхней передачи.  Акцентировать внимание на движении руки, положении кисти на мяче.  При передаче через сетку расстояние между партнерами 3 метра  Разбег 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 поочередно  При 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 |