МОУ «СОШ №5» г. Ржева Тверской области имени Воинов

100 и 101 отдельных стрелковых бригад

Технологическая карта урока

по физической культуре

«Волейбол. Отработка техники приема и передачи мяча. Техника подачи мяча через сетку»

Подготовил

Громов Юрий Николаевич

учитель физической культуры

г.Ржев

2019г.

Технологическая карта урока

Настоящая Технологическая карта представляет собой проект учебного процесса, в котором представлено описание от цели до результата с использованием инновационной технологии работы с информацией.

Класс\_\_\_10 Дата\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Предмет \_Физическая культура

Тема урока:\_\_Волейбол. Отработка техники приема и передачи мяча. Техника подачи мяча через сетку.

Тип урока:\_Образовательно-тренировочный. Время урока: 45мин. Инвентарь: волейбольные мячи.

|  |  |
| --- | --- |
| Цель урока | Сформировать у учеников определенные способности по самосовершенствованию в игровой ситуации. Совершенствовать технику приема и передачи мяча.  Совершенствовать технику подачи мяча через сетку. |
| Задачи урока | Образовательные: осознание смысла предстоящей деятельности, формулирование познавательной цели.  Воспитательные: сформировать стремление к овладению техникой волейбола.  Развивающие: развивать физические качества (быстроту, ловкость и координационные способности). |
| Универсальные учебные действия (УУД) | Личностные: воспитывать нравственные, интеллектуальны, волевые качества.  Коммуникативные: Умение участвовать в диалоге по заданной теме.  Регулятивные: Активное участие в диалоге с учителем.   |  | | --- | | Познавательные: Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов волейбола. | |
| Планируемые результаты | Предметные: Совершенствовать умения в выполнении разминки.  Личностные: Формировать знания и умение выполнять самоконтроль для сохранения здоровья.  Метапредметные: Формировать умение общаться со сверстниками в игровой ситуации и развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям. |
| Понятия используемые на уроке | Техника приема и передачи мяча. Техника подачи мяча через сетку. |
| Организация пространства | |
| Межпредметные связи | Физика, биология. |
| Ресурсы | Основные: Программа «Физическая культура. Предметная линия учебников» (авт. Виленский М.Я., Лях В.И. Москва «Просвещение» 2012 г.); Учебник «Физическая культура» 8-9 класс (автор В.И. Лях). |
| Формы организации познавательной деятельности учащихся | Индивидуально-обособленная, парная, групповая, коллективная, фронтальная |
| Методы обучения | Оценка, выставляемая педагогом (словесная, по 5-бальной шкале), самооценка учащихся. |
| Технологии работы с информацией | Технологии: здоровьесберегающая (дозирование нагрузки с учетом физкультурной группы, приемы релаксации), личностно-ориентированная (формирование двигательного опыта с учетом физической и технической подготовленности), игровая (игровые упражнения и задания).   |  | | --- | |  | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** | **Организованные методы и указания.** | **УУД** |
| **Подготовительная часть.** Время: 11мин.  **1.Построение**. 1мин. Приветствие. Определение отсутствующих. Проверка готовности к уроку. Организация внимания. | Приветствие.  Проверка готовности учащихся к уроку, обратить внимание на внешний вид и осанку. Организация внимания всех учащихся. Сообщение задач урока. | Доброжелательный настрой, полная готовность класса к уроку, быстрое включение класса в деловой ритм. | Весь класс слушает учителя и отвечает на поставленные вопросы. Правила безопасности на уроке. | Личностные: умение организовывать собственную деятельность и выбирать и использовать средства для достижения ее цели. Познавательные: планировать занятия физическими упражнениями с использованием средств физической культуры. |
| **2.Строевые упражнения на месте.** 2мин. | Команды: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», **«**Направо», «Налево», «Кругом», «На первый, второй, третий - рассчитайсь», «В колонну по три - стройся». | Выполняют команды и следят за правильной осанкой и постановкой стоп. | Следить за четкостью выполнения команд. | Личностные: умение активно включаться в коллективную деятельность и взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей. |
| **3.Строевые упражнения в движении.** 2мин. | Команды: «На месте шагом марш», «В обход по залу марш», «Стой». | Выполняют команды и следят за правильной осанкой и соблюдением дистанции. | Следить за четкостью выполнения команд и соблюдением учениками дистанции между собой. | Личностные: умение активно включаться в коллективную деятельность и взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей и выполнять строевые команды. |
| **4. Ощеразвивающие упражнения в движении.** 3мин. | Ходьба в колонне по одному: на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, на внутренней стороне стопы, вращение кистей рук в «замке», вращение рук в плечевом суставе, рывки рук. | Выполняют команды и следят за правильной осанкой и соблюдением дистанции. | Следить за четкостью выполнения команд учениками. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать результаты собственных действий и находить возможности их улучшения. |
| **5.Медленный равномерный бег.** 3мин. | Бег в колонне по одному приставными шагами, бег по боковым линиям зала: с высоким подниманием бедра, захлестыванием голени, прыжки на каждый шаг, прыжки двумя ногами через линию, скрестное движение двумя ногами через линию. | Выполняют команды и следят за правильной осанкой, соблюдением дистанции и меры безопасности. | Следить за четкостью выполнения команд учениками и исправлять возможные ошибки. | Личностные: формирование интереса, установить роль разминки при подготовке к работе с волейбольными мячами, умение выполнять физические упражнения для развития мышц. |
| **Основная часть.** Время: 33мин. **1.Совершенствование в технике приема и передачи мяча двумя руками сверху.** 5мин. | Построение. Ученики разбиваются на пары по желанию (расстояние между ними 5-7м.)  Один ученик выполняет передачу мяча двумя руками сверху, другой принимает ее с последующей передачей двумя руками сверху. | Выполняют передачу и прием мяча, следят за правильностью работой рук и ног. Контролировать свои действия согласно командам учителя. | Следить за правильной волейбольной стойкой и подсказывать и исправлять ошибки. | Личностные: совершенствовать приемы и передачу, улучшая общую согласованность их выполнения; активное включение в выполнении двигательного действия; взаимодействие между сверстниками. Регулятивные: анализировать, оценивать и улучшать собственный труд. |
| **2. Совершенствование в технике приема и передачи мяча двумя руками снизу.** 5мин. | Один ученик выполняет передачу мяча двумя руками снизу, другой принимает ее с последующей передачей двумя руками снизу. | Выполняют передачу и прием мяча, следят за правильностью работой рук и ног. | Следить за правильной волейбольной стойкой и подсказывать и исправлять ошибки. | Коммуникативные: уметь слушать понимать других; уметь работать в паре. Личностные: совершенствовать приемы и передачу, улучшая общую согласованность их выполнения. |
| **3. Совершенствование в технике приема и передачи мяча.** 5мин. | Один ученик выполняет произвольно передачу мяча двумя руками, другой принимает ее с последующей передачей согласно игровой ситуации. | Совершенствуют прием и передачу мяча. | Подсказывать и исправлять ошибки. | Личностные: совершенствовать приемы и передачу, улучшая общую согласованность их выполнения. Коммуникативные: уметь слушать понимать других; уметь работать в паре. |
| **4.Совершенствование техники подачи мяча снизу через сетку.** 5мин. | Шеренги построить на лицевых линиях. Ученик стоит лицом к сетке, опорная нога впереди. Мяч подбрасывается вверх левой рукой невысоко, правая не сгибается в локте. Удар по мячу наносится внутренней частью ладони. | Выполняют подачу мяча снизу, точка удара не выше пояса. | Следить за правильной волейбольной стойкой и подсказывать и исправлять ошибки. | Личностные: совершенствовать подачу мяча; активное включение в выполнении двигательного действия; взаимодействие между сверстниками. Регулятивные: анализировать, оценивать и улучшать собственные действия. |
| **5.Совершенствование техники подачи мяча сверху через сетку.**5мин. | Ученик стоит лицом к сетке, опорная нога чуть впереди, отклоняя туловище назад. Мяч подбрасывается вверх левой рукой, правая согнута в локте. В момент удара выпрямляется рука и туловище. Удар по мячу наносится внутренней частью ладони. | Выполняют подачу мяча сверху, точка удара выше уровня головы. | Следить за правильной волейбольной стойкой и подсказывать и исправлять ошибки. | Личностные: совершенствовать подачу мяча; активное включение в выполнении двигательного действия; взаимодействие между сверстниками. Регулятивные: анализировать, оценивать и улучшать собственные действия. |
| **6. Двухсторонняя учебно – тренировочная игра по упрощенным правилам.** 7мин. | Проводить судейство матча. | Активно участвуют в игре. | Следить за расстановкой игроков, подсказывать тактические действия. | Коммуникативные: деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении игры как со сверстниками, так и с учителем. |
| **Заключительная часть.**  2мин. | Построение. Подведение итогов урока. Организованный выход учеников из зала. | Внимательно слушают учителя. Снизить активность сердечно – сосудистой, дыхательной, нервной системы до нормы. | Подведение итогов учебной деятельности, с оценкой учителя и с самооценкой результатов деятельности учеников. | Личностные: определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. Познавательные: представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья. |

Список литературы.

1. Учебник «Физическая культура» 10 класс (автор В.И. Лях). Москва, «Просвещение», 2016 г.
2. Программа «Физическая культура. Предметная линия учебников» (авт. Виленский М.Я., Лях В.И. Москва «Просвещение» 2017 г.).