

## Урок физической культуры по теме «Волейбол».

Учитель Кошкина Л.В.

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Учебный предмет                        | Физическая культура                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Класс                                  | 5                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Тема                                   | «Волейбол»                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Базовый учебник                        | «Физическая культура» 5-7 классы: под редакцией В. И. Ляха. -5-е изд.                                                                                                                                                                                                      |
| Тема урока                             | Передача сверху двумя руками.                                                                                                                                                                                                                                              |
| Место урока в теме                     | Первый в теме.                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Тип урока                              | Урок усвоения новых знаний                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Дата урока                             | 19.10.2015 г.                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Образовательные ресурсы                | Учебник, раздаточный материал, видеоролики.                                                                                                                                                                                                                                |
| Цель урока                             | Формирование навыков игры в волейбол.                                                                                                                                                                                                                                      |
| Задачи урока                           | Предметные:совершенствование техники стоек, передвижений в волейболе.<br>Метапредметные: освоить следующие общеучебные умения на уровне применения<br><b>1.16</b> Определять наиболее рациональную последовательность действий по коллективному выполнению учебной задачи. |
| Планируемые образовательные результаты | <b>Определять уровень освоения игровых навыков.</b><br><b>Получат возможность научиться:</b> координировать двигательные умения и навыки в спортивной игре.                                                                                                                |

## План урока

1. Организационный этап. ( Постановка цели и задач урока. Мотивация учебной деятельности учащихся.
2. Подготовки учащихся к активным двигательным действиям и сознательному усвоению умений и навыков в волейболе.
3. Первичное усвоение новых знаний.
4. Первичная проверка понимания
5. Первичное закрепление.
6. Применение технических действий обобщения и систематизации изученного в игровой обстановке.
7. Информация о домашнем задании, инструктаж по его выполнению.
8. Рефлексия (подведение итогов занятия).

## Метапредметная карта урока.

| Этапы урока              | Осваиваемое УУД с указанием уровня                                                                  | ОДД (ориентировочная основа действия) освоения УУД                             | Деятельность учащихся                                                                                       | Деятельность учителя                                     |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| III.Актуализация знаний. | 2.3.1. Осуществлять наблюдение объекта в соответствии с целями и способами, предложенными учителем. | <b>Объект-</b> то, на что направлено индивидуальное или коллективное сознание. | Осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем; действуют с учетом | Объясняет, как выполняется передача двумя руками сверху. |

|                                           |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                       |                                                            |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
|                                           |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                               | выделенных<br>учителем<br>ориентиров.                                 |                                                            |
| V.<br>Первичная<br>проверка<br>понимания. | 2.3.2.<br>Использовать по<br>рекомендации<br>учителя различные<br>виды наблюдения:<br>неструктурированн<br>ое наблюдение. | <p><b>Наблюдение</b> – это метод познания, состоящий в преднамеренном, целенаправленном восприятии реальных объектов.</p> <p><b>Неструктурирован<br/>ное наблюдение</b> – это наблюдение, при котором определён только объект наблюдения.</p> | Выполнять передачу меча в парах.<br>Осуществляю<br>т<br>самоконтроль. | Формулирует задание, осуществляет индивидуальные контроль. |

|                                      |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                |                                                                                                                    |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| VI.<br>Первичное<br>закрепление<br>. | 3.1.11. Определять<br>существенные<br>признаки объекта. | <i><b>Признаки</b></i> – это<br>компоненты, их<br>свойства и<br>отношения между<br>компонентами, а<br>также свойства<br>объекта, по<br>которым можно<br>объект узнать,<br>определить,<br>описать; все то, в<br>чем объект сходен с<br>другими объектами<br>или отличен от них.<br><i><b>Существенные<br/>признаки</b></i> – без<br>которых данный<br>объект<br>существовать не<br>может, если<br>существенный<br>признак исключить,<br>то объект<br>перестанет<br>существовать. | Запоминают<br>правила игры.<br>Сохраняют<br>учебную<br>задачу в<br>процессе<br>участия в игре. | Объясняет<br>правила и<br>проводит игру.<br>Обеспечивает<br>эмоциональный<br>настрой и<br>мотивацию<br>выполнения. |
| VII.                                 | 1.9. Выполнять                                          | <i><b>Гигиена учебного</b></i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Прогнозируют                                                                                   | Обобщает                                                                                                           |

|                                                              |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                  |                                                              |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Информация о домашнем задании, инструктаж по его выполнению. | советы учителя по соблюдению основных правил гигиены учебного труда.     | <i>труда</i> — система оптимальных, научно обоснованных требований к организации учебного процесса нормирование умственных и физических нагрузок, рациональная организация уроков, чередование видов учебной работы в течение дня, недели. | результаты уровня усвоения изучаемого материала. | полученные на уроке знания.                                  |
| VIII.<br>Рефлексия (подведение итогов занятия).              | 1.12. Оценивать свою учебную деятельность и деятельность одноклассников. | <i>Самооценивание</i> — это оценивание, проводимое самим ребёнком, с целью измерить собственный успех.                                                                                                                                     | Самооценка учебной деятельности.                 | Учитель предлагает провести рефлексию личного целеполагания. |

## Подготовительная часть

**1. Постановка учебной задачи, через проблемную ситуацию. Мотивация учебной деятельности учащихся.** Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

### Деятельность учителя

### Деятельность учащихся

Проведение краткого инструктажа, руководство работой, коррекция действий (по мере необходимости).

Какие способы передачи мяча в волейболе вы знаете.

Перестроение для разминки в движении

Деление класса на группы для проведения разминки

Ведут обсуждение по заданной теме, вступают в диалог с учителем и одноклассниками.

Установить роль разминки при подготовке работы с волейбольными мячами.

Самоконтроль правильности выполнения упражнений. Выполняют команды учителя, контролируют свои действия согласно инструкции .

## Разминка:

### ОРУ в движении

- 1) Ходьба на носках, руки на поясе.
- 2) Ходьба на пятках.

- 3) Ходьба скрестным шагом, руки на пояс.
- 4) Ходьба в полу-приседе, руки за головой.
- 5) Ходьба в полном приседе, руки за головой.
- 6) Ходьба перекатом с пятки на носок, руки на пояс.

### **Бег**

- Обычный.
- Приставными шагами в средней стойке волейболиста.
- Спиной вперёд в основной стойке.
- Прыжки вдоль волейбольной сетки с выпрямлением рук вверх (блокирование).
- Ходьба, восстанавливая дыхание

### **ОРУ на месте**

#### **1) И. п. – о.с.**

1 –наклон головы вправо;

2 – И. п.

3-4 –тоже в другую сторону.

#### **2) И. п. – о.с.**

1-4 – вращение головы влево

5-8 – тоже вправо.

#### **3) И. п. – руки к плечам.**

1 – 2 – два круга согнутыми руками вперед;

3 – 4 – то же назад;

1 – 4 – поочередные круговые движения вперед; 5– 8 – то же назад.

#### **4) И. п. – руки вперед;**

1-4 – круговые вращения кистями в одну сторону;

5-8 – тоже в другую сторону.

#### **5) И. п. – стойка руки за головой.**

1 – 3 – три пружинящих наклона, стараясь головой коснуться колена;

4 – и. п.

**6) И. п. – о.с.**

1-наклон вперед (коснуться пола); 2- И. п.

3- наклон к левой ноге;

4 – И.п.

5 – наклон к правой ноге;

6 – И.п.

7 – наклон назад; 8 – И. п.

**7) И. п. – о.с.**

1 – 2 – поднять руки вперед-вверх, ладони повернуть внутрь, отвести правую ногу назад на носок и слегка прогнуться;

3 – 4 – и.п.;

5 – 8 – то же в другую сторону.

**8) И. п. – ноги вместе, руки на поясе.**

1-3 – пружинящие наклоны влево; 4 – И. п.

5-7 – тоже вправо; 8- И. п.

**9) И. п. – ноги на ширине плеч, руки вперед.**

1- мах левой ногой к правой руке; 2- И. п.

3- мах правой ногой к левой руке; 4- И. п.

**10) Разминаем пальцы рук.**

## **Основная часть.**

### **Деятельность учителя**

Рассказ и показ техники выполнения передачи мяча

### **Деятельность учащихся**

Повторяют за педагогом и запоминают. Выполняют заданного

сверху двумя руками.

Обратить внимание учащихся на стойку и расположение рук и кистей в момент приема мяча.

Закрепление навыков перемещения и стойки игрока, а так же обучение

Передачи сверху двумя руками

Передачи мяча о стену.

Работа в парах

Закрепление пройденного материала в процессе учебной игры.

(Пионербол с элементами волейбола.)

двигательного действия проявляя дисциплинированность.

Постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения.

Развитие доброжелательного отношения к учителю и товарищам.

Оценивать выполнение двигательных действий согласно поставленным задачам.

Постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения

Развитие доброжелательного отношения к партнерам.

### **Заключительная часть-(рефлексия).**

Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия, домашнее задание

#### **Деятельность учителя**

#### **Деятельность учащихся**

- что нового узнали на уроке?
- где можно применять изученные перемещения, остановки и повороты в обычной жизни.
- какие упражнения вы сегодня выполняли на уроке?
- оцените свою работу на уроке.

Определить собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. Осознать необходимость домашнего задания.

-Молодцы. Спасибо всем за урок. До свидания.