ГБПОУ КК УСПК

Технологическая карта урока

по физической культуре

1 курс

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

Подготовил

Гончаров Евгений Борисович

учитель физической культуры

г.Усть-Лабинск

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.

Группа\_\_\_ 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» 8-9 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.).