

## Технологическая карта урока.

**Ф.И.О. педагога:** Сахинов Великтон Васильевич

**Предмет:** физическая культура.

**Класс:** 8 «Б»

**Тема урока:** «Волейбол. Верхний и нижний прием мяча».

**Цель урока:** формировать умения выполнять прием мяча сверху и снизу двумя руками.

**Задачи урока:**

1. учить правильно выполнять прием мяча сверху и снизу двумя руками.
2. развивать физические качества: координацию движений, быстроту, ловкость, гибкость.
3. воспитывать собранность и ответственность перед партнером за свои действия, смелость, настойчивость, взаимовыручку, устойчивый интерес к двигательной активности.

**Тип урока:** комплексный.

**Формы работы:** фронтальная, поточная, групповая, индивидуальная, работа в паре.

**Оборудование:** волейбольные мячи, свисток, акустические колонки, обручи, секундомер.

**Место проведения урока:** спортивный зал.

**Планируемые результаты урока.**

**Предметные** - уметь выполнять прием мяча сверху и снизу двумя руками.

**Регулятивные** - уметь определять цель, ставить и формулировать учебные задачи; осуществлять контроль своей деятельности; анализировать правильность выполнения упражнений, выявлять ошибки и исправлять их.

**Коммуникативные** - уметь слушать и вступать в совместную деятельность, работать в паре и группе; оценивать ситуацию и оперативно принимать решения; находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

**Личностные** - формировать потребность к ведению здорового образа жизни, уважительное и доброжелательное отношение друг к другу, упорство, настойчивость при выполнении физических упражнений.

**Познавательные** - овладеть знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики перенапряжения средствами физической культуры.

Технологическая карта урока 8 класс «Волейбол. Верхний и нижний прием мяча».

Этапы урока	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	Взаимодействие
<p>Организационный момент (3 мин)</p>	<p><b>Проверяет готовность учащихся к уроку</b> (наличие спортивной формы и сменной обуви).</p> <p>Построение. сдача рапорта.</p> <p>- Класс «Равняйся!», «Смирно!»</p> <p>Здравствуйте, ребята, меня зовут Великтон Васильевич я приехал с Хатар-Халдайской школы, сегодня я проведу у вас урок физической культуры.</p> <p><b>Создает эмоциональный настрой на урок.</b></p> <p><b>Мне очень приятно познакомиться с вами, давайте похлопаем друг друга.</b></p> <p><b>Демонстрация волейбольного мяча.</b></p> <p>Что у меня в руках?</p> <p>Правильно ребята, это волейбольный мяч он имеет сферическую форму, массой 260г. Как вы думаете чем мы сегодня будем заниматься на уроке?</p> <p>Показывает верхний и нижний прием.</p> <p>Ребята. молодцы!</p> <p><b>Итак, тема нашего урока:</b> закрепление верхнего и нижнего приема мяча.</p> <p>История возникновения волейбола.</p> <p><b>ТЬ на уроке.</b></p> <p><b>ЧСС в покое.</b></p>	<p>Приветствуют учителя, слушают</p> <p>Хлопают</p> <p>Мяч отвечают смотрят отвечают</p> <p>обсуждают тему урока.</p>	<p>Учитель - класс</p>
<p><u>Подготовительная часть – 10 мин</u></p> <p><b>Комплекс подготовительной части урока</b></p> <p>Мотивация к учебной деятельности.</p>	<p>Разминка.</p> <p>«Класс равняйся!», «Смирно!», по порядку расчитайся.</p> <p>2 номера 10 шагов вперед шагом марш. кругом от направляющего приставными шагами направо, налево разомкнись.</p> <p>«Направо!», «За направляющим шагом марш!».</p> <p><b>ОРУ упражнения на месте.</b></p> <p><b>Исходное положение: стойка ноги на ширине плеч</b></p> <p>1. и.п. руки на поясе</p> <p>на раз, два - подъем на носочках, наклон головы вперед</p> <p>на три, четыре - подъем на пятках, наклон головы назад</p> <p>на раз два - поворот туловищем налево</p>	<p>Слушают, выполняют команды.</p> <p>Разминают кисти рук.</p> <p>Выполняют беговые упражнения.</p> <p>Повторяют технику перемещений в стойке волейболиста.</p>	<p>Учитель - класс</p>

	<p>на три четыре - поворот туловищем направо на раз, два руки на коленях, внутренний свод на три, четыре руки на коленях внешний свод</p> <p><b>упражнение «Танец маленьких утят»</b></p> <p>Руки вперед сгибаем и разгибаем пальцы кистей рук.          Когда вы ребята, как топает слон?          Как вы аплодируете в театре?          Молодцы, ребята!</p> <p>После упражнения на месте, что мы должны сделать дальше?</p> <p><b>ОРУ в движении. (конус на середине площадки)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег с захлестыванием голени до центра площадки. работа в парах (открытые ладони друг другу. равномерно 4 раза). обратно бег спиной в и.п. посмотрим через левое плечо (<b>упражнение 2 раза</b>)</li> <li>2. Бег с высоким подниманием бедра. до центра площадки. работа в парах (руки на плечи пружинистые движения наклона вперед 4 раза). обратно бег круговым вращением по часовой стрелке в и.п. (2 раза).</li> <li>3. Упражнение «Пружинка», до центра площадки, запрыгивание вверх хлопками в ладоши (4 раза). Приставными шагами от центра направляющие направо-налево чаще шаг, шагом марш.</li> </ol> <p>Легким бегом вокруг кегли приставным шагом левым правым боком имитация верхнего приема мяча.</p> <p>Это же упражнение только нижний прием мяча.</p> <p>Чаще шаг восстанавливаем дыхание 2 номера волейбольные мячи, глубокий вдох, глубокий выдох.</p> <p>Привели организм в состояние работы.</p> <p><b>Упражнение на внимание.</b></p> <p>Мяч расположили по центру и учитель дает задание.          (голова, плечи, нос, ухо т.д.) на внимание, кто быстрее перехватит мяч (2 раза)</p>	<p><b>Выполняют комплекс</b> с упражнениями для повышения подвижности позвоночного столба, эластичности мышц и связок, подвижности суставов за учителем.</p>	<p>Ученик - ученик (пара)</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------



<p><u>Заключительная часть (7мин)</u></p>	<p>Ребята, для того, чтобы вы восстановились после упражнений Игра «Класс»</p> <p>Побеждают те, кто по окончании игры остались в исходном положении.</p> <p><b>Построение: восстановительные упражнения</b></p> <p>Подсчет ЧСС за 10 сек в состоянии покоя. (СРАВНЕНИЕ) Поднимите руки у кого больше, чем в 2 раза изменилось значения ЧСС с началом урока. Хорошо.</p> <p><b>Рефлексия</b></p> <p>Ребята, ответьте на вопрос</p> <p>- Я доволен своей работой на уроке, потому что...;</p> <p>- Ребята, давайте вспомним тему урока?</p> <p>Как вы думаете какая была цель урока? Озвучивают цель и задачи урока.</p> <p><b>Выставление оценок:</b> - А теперь сами себя оцените. Кто считает, что справился с задачами, научился выполнять передачу мяча сверху и снизу двумя руками, поднимите руки? Ребята, молодцы! Хочу особо отметить следующие учеников (ПЕРЕЧИСЛИ)</p> <p>Поднимите руки те, кому еще нужно поработать над приемом мяча сверху и снизу двумя руками?</p> <p><b>Домашнее задание.</b> Имитация верхнего и нижнего приёма мяча.</p> <p>Урок окончен, удачного вам дня, до свидания!</p> <p>Организованный выход учащихся из зала.</p>	<p>Выполняют упражнения на восстановление дыхания.</p> <p>Оценивают процесс и результат своей деятельности, ставят оценку.</p> <p>Отвечают на вопросы.</p> <p>Определяют свое эмоциональное состояние на уроке.</p>	<p>Потоочная работа</p> <p>Самостоятель ная работа</p>
-------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------