Урок физической культуры в 8 классе по теме **«Комбинации из разученных элементов волейбола»**

Дата проведения: 17.03.2022

**Цель урока:** совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками, приема мяча снизу двумя руками, нижней прямой подачи, прямого нападающего удара.

**Задачи урока:**

*Образовательные:*

* создать условия для формирования и развития двигательных навыков у учащихся;
* повторять технику передачи мяча сверху двумя руками, приема мяча снизу двумя руками, нижней прямой подачи, прямого нападающего удара;
* закреплять изученные элементы в игре «Волейбол».

*Развивающая:*

* *развивать физические качества: ловкость, быстроту, координацию.*

*Воспитательные:*

* воспитывать умение работать в парах и в команде;
* воспитывать волевые качества, сознательное отношение к ценностям здоровья.

**Планируемые результаты:**

*Предметные:*

— иметь углубленные представления о технике выполнения передачи мяча сверху двумя руками, приема мяча снизу двумя руками, нижней прямой подачи, прямого нападающего удара;

— организовывать здоровьесберегающую деятельность с помощью разминки в движении, элементов волейбола и спортивной игры «Волейбол».

*Метапредметные:*

— ставить и формулировать для себя задачи в познавательной деятельности;

— соотносить свои действия с планируемыми результатами;

— осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;

— организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.

*Личностные:*

— формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

— формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

**Тип урока:** урок образовательно – обучающей направленности

**Материально-техническое обеспечение:**волейбольные мячи, гимнастические маты, гимнастические мостики, гимнастические скамейки, конусы, тумбы для прыжков, свисток, секундомер.

**ОРГАНИЗАЦИОННО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ БЛОК**

**Методы:**словесные  (объяснение, беседа, распоряжение, команда, подсчет); наглядные (показ упражнения учеником или учителем, демонстрации техники выполнения упражнений); практические (практически выполнения упражнений), фронтальный, групповой, игровой.

Образовательные технологии: здоровьесберегающие и игровые

**Основные понятия:** стойка волейболиста, передачи мяча сверху двумя руками, прием мяча снизу двумя руками, нижняя прямая подача, прямой нападающий удар.

**Форма контроля:**наблюдение, корректировка техники выполнения элементов.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Содержание этапов урока** | | **Дозиров**  **ка** | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** | **Планируемые результаты** | | |
| **предметные** | **УУД** | |
| * **Подготовительная часть**   **Задача: Организовать внимание учащихся, подготовить организм учащихся к решению задач основной части урока** | | | | | | | | |
| 1-й этап «Организационно-мотивационный» | **1. Построение. Сдача рапорта. Приветствие.** | **2 мин** | | Проверяет у детей соответствие формы одежды и обуви к занятиям в спортивном зале. | Выполняют построение в одну шеренгу. Весь класс во фронтальном режиме слушает учителя. Выполняют строевые команды, контролируют свои действия согласно инструкции учителя | Выполнение организующих строевых команд | | Воспринимать на слух команды и инструкции учителя, использовать речь для регуляции своих действий. Принимать инструкции и команды учителя, четко им следовать. |
| **2. Определение цели урока:**  — Ребята давайте определим цель нашего занятия. Перед вами находится часть оборудования, которое нам сегодня понадобится. — Как вы думаете для чего используется это оборудование?  — Как вы думаете: чем сегодня на уроке будем заниматься?  **3. Техника безопасности на уроках по волейболу.** | **2 мин** | | 1. Подводит учащихся к постановке цели.  2.Организует беседу, помогает учащимся определить цель  урока.  3. Напоминает основные требования безопасности на занятиях на уроках по волейболу  . | Принимают участие в беседе, формулируют цель урока. Взаимодействуют с учителем во время беседы, осуществляемой во фронтальном режиме | Планировать путь достижения цели. | | Слушать собеседника, строить высказывания  Принимают решения и осуществляют выбор в учебной и познавательной деятельности. |
|  | **4. Разминка:**  — Ходьба;  — Бег;  — Ходьба с восстановлением дыхания.  **5. Разминка в движении:**  — Бег с высоким подниманием бедра;  — Бег с захлестом голени;  -Прыжки на правой ноге, на левой ноге;  — Прыжки с ноги на ногу;  —  Бег приставным шагом, правым, левым боком;  — Прыжки с подскоками с вращением рр;  — Ходьба с восстановлением дыхания.  **6. ОРУ** (проводится учащимся) | **8 мин**  1 круг  5 круг  1 круг  1круг  1 круг  1 круг  1 круг  1 круг  1 круг  1 круг | | Подает громкие, четкие команды.  Проводит серию беговых и прыжковых упражнений.  Следит за правильным выполнением команд учащимися и исправляет ошибки, если они допущены. Контролирует выполнение двигательных действий. Контролирует  самочувствие учащихся при выполнении беговой разминки | Выполняют упражнения в движении в колонне по одному, ходьбу, бег в заданном темпе, серию беговых и прыжковых упражнений. ОРУ  Весь класс во фронтальном режиме слушает учителя. | Выполнение команд, двигательные действия в едином строю, ОРУ. | | Воспринимать на слух команды и инструкции учителя.  Корректировать свои двигательные действия в соответствии с указаниями учителя. |
| * **Основная часть** * **Задача: Обеспечить активную учебную работу учащихся класса для получения конкретных знаний, двигательных умений и навыков** | | | | | | | | |
| 2-й этап «Формирование первичных представлений», | **1. Подготовка инвентаря для выполнения заданий.**  **2. «Мозговой штурм»** по вопросу предупреждения травматизма:  *«Чтобы не получить травму необходимо…»* | 1 мин | | Дает и поясняет  задания, контролирует выполнение двигательных действий, регулирует учебную нагрузку учащихся, дает рекомендации. | Предлагают свои способы решения проблемы | Осуществлять актуализацию полученных ранее знаний, основываясь, в том числе, и на жизненном опыте | | Используют речевые средства для выполнения задания  Находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами  Самостоятельно определяют основные правила по ТБ  Принимать инструкцию по ТБ и действовать в соответствии с ней. |
| **3. Стойки и передвижения игрока**  В парах лицом друг к другу перемещение приставными шагами в различных направлениях (перемещение боком, спиной, лицом по направлению движения). Один занимающийся изменяет направление, другой должен быстро повторить. | 2 мин | | Демонстрирует технику элементов. Следит за правильностью их выполнения. Организует анализ элементов техники. | Делятся на пары, располагаются на боковых линиях напротив друг друга.  Наблюдают за показом учителя.  Выполняют упражнения. | Формируется наглядный образ техники двигательного действия. | | Договариваться в совместной деятельности, выслушивать мнения других, использовать речь для регуляции своих действий.  Соотносить свои действия с эталоном.  Оценивать правильность выполнения задания. |
| 3-й этап «Формирование и закрепление двигательного навыка» , | **4. Передача мяча сверху двумя руками в парах.**  — Передачи над собой на месте  — Передача мяча партнеру  **5.** **Прием мяча снизу двумя руками после броска. Нижняя прямая подача – прием мяча двумя руками снизу.**  — Прием мяча снизу двумя руками после броска.  — Нижняя прямая подача – прием мяча двумя руками снизу. Затем смена.  **6. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.**  А) Первая команда выполняет передачу мяча верхним приемом, вторая команда выполняет нападающий удар. Затем смена.  Б) Прямой нападающий удар с отталкиванием от гимнастического мостика  **7. Игра в волейбол**  (Игроки третьей команды во время игры выполняют работу по станциям) | 10 р  10 р  10 р  10 р  10 р  5-6 р  **10 мин** | | Демонстрирует технику элементов. Организует их целостное выполнение, исправляет ошибки.  Объясняет правила игры, оказывает помощь при затруднениях во время игры, подводит итоги игры | Располагаются на боковых линиях напротив друг друга.  Выполняют упражнения.  Выстраиваются в две колонны в центр зала  Делятся на 3 команды. Играть, соблюдая правила, внимательно слушать указания судьи. Взаимодействуют со сверстниками в игре. | Отработка правильного двигательного навыка  Закрепление правил игры в волейбол. | | Используют речевые средства для выполнения задания  Осуществляют контроль и самоконтроль  Соотносить свои действия с эталоном.  Воспринимать на слух команды и инструкции учителя.  Выполняют элементы волейбола, упражнения соответствии с инструкцией учителя.  Обсуждают правила игры  в волейбол.  Действовать согласно правилам. |
| * **Заключительная часть**   **Задача: Приведение организма в оптимальное состояние для завершения урока** | | | | | | | | |
| 4-й этап «Подведение итогов учебной деятельности» | **1. Построение, подведение итогов урока.**  **2. Оценка работы на уроке:**  — Предлагаю вам оценить свою работу сегодня на уроке и поставить себе оценки, после чего я проставлю вам оценки.  **3. Рефлексия** **«Волейболисты»:**  — Итак, ребята у вас в руках «волейбольные мячи». Посмотрите внимательно на волейбольную площадку и поместите мяч в ту часть площадки, которая, по вашему мнению, соответствует сегодняшнему урока.   * правая лицевая линия – было интересно и сложно; * левая боковая линия – было интересно и легко; * нижняя боковая линия – я с трудом справлялся с заданием; * верхняя боковая линия – было не интересно и скучно.   **4. Домашнее задание**Повторить технику безопасности на уроках по волейболу;   1. Выполнить стойку на пальцах в упоре лежа – 3х15 раз; 2. Выполнить упор лежа, упор присев – 3х10 раз; 3. Выполнить упражнение «планка» — 2х30 сек.   **5.Организованный выход класса из зала** | - | | Организует подведение итогов урока. Выставляет оценки. | Отвечают на поставленные вопросы. Оценивают свою работу на уроке. | Осуществление комплексного анализа своей деятельности | | Строят речевые высказывания, основываясь на собственных ощущениях  Строить монологические высказывания.  Оценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя.  Адекватно воспринимать оценку учителя.  Оценивать результаты деятельности в соответствии с поставленными задачами. |