Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования Детско-юношеская спортивная школа «Русич» Шарьинского муниципального района Костромской области

Анализ учебно-тренировочного занятия по волейболу

Инструктор-методист: Л.А. Шиловская

2022

Анализ учебно-тренировочного занятия по волейболу

Дата проведения учебно-тренировочного занятия: 12.10.2022

Программа «Волейбол 2» по ПФДОД

Тренер-преподаватель: Шеперина Т.В.

Место проведения: Шекшемская школа (спортзал)

Задачи учебно-тренировочного занятия:

1.Техника, тактические действия в защите.

2. Работать над общей физической подготовкой обучающихся

3. Воспитывать умения работы в команде, взаимодействовать в коллективе.

**Подготовка к учебно-тренировочному занятию:**

1. Плана-конспекта имеет краткую форму, в соответствии с программой. Составлен аккуратно.

2.  Программные требования по задачам занятия соблюдались.

3. При составлении конспекта были подобранные средства, такие как физические упражнения, направленные на реализацию поставленных задач, подобран инвентарь и оборудование.

В подготовительной, основной, заключительной частей учебно-тренировочного занятия был учет психофизиологических, педагогических закономерностей обучения, уровня физического развития, физической и технико-тактической подготовленности занимающихся, использовались словесные и наглядные общепедагогические методы, а также методы интервального и кругового упражнения, в соответствии с задачами учебно-тренировочного занятия и стадией обучения.

4. Организационно – методические указания представлены в полной мере.

**Организация учебно-тренировочного занятия предполагает**

- Место для проведения тренировки подготовлено. Оборудование: волейбольные мячи, сетка, свисток. Всё соответствует санитарно-гигиеническое нормам.

- Тренер-преподаватель и обучающиеся одеты в спортивную форму и в сменной обуви.

- Времени в учебно-тренировочном занятии по его частям и видам упражнении распределения рационально. Использовалась вся площадка зала.

- Применялся словесный метод в организации работы и методы выполнения упражнений в каждой из частей тренировки, их содержанию соответствовало задачам учебно-тренировочного занятия, возрасту обучающихся. Целесообразное использование размещений, построение, перестроение и передвижение.

- Были соблюдены техники безопасности в процессе проведения учебно-тренировочных занятии.

**Характеристика средств:**

- В подготовительной части, использовались специально-подготовительные и подводящие упражнения.

Разминка:

Спокойный бег по всему залу;

восстановление дыхания.

Специальные беговые упражнения:

Бег с высоким подниманием бедра;

Захлёст голени;

Прыжок вверх на каждый шаг, колено к груди;

приставной шаг с имитацией приёма мяча сверху и снизу:

правым, левым боком; прыжки вверх (колени к груди);

Восстановление дыхания.

Общеразвивающие упражнения в движении:

Наклоны головы вперёд, назад, влево, вправо;

Круговые движения головы вправо, влево;

Круговые движения в плечевом суставе вперёд, назад;

Скручивания тела вправо, влево на каждый шаг;

Наклоны к носкам на каждый шаг;

Разминка голеностопа и запястья;

Растягивающие упражнения:

сидя, наклоны к прямым ногам носки на себя, от себя; наклоны к правой, левой ноге;

лёжа на животе, руки с стороны, касаемся правой руки левой ногой, левой руки правой ногой; лёжа на спине, руки с стороны, касаемся правой руки левой ногой, левой руки правой ногой;

Подводящие упражнения:

Прыжки из положения сидя на коленях;

- В основной части учебно-тренировочного занятия рациональная последовательность предложенного материала осуществлялась правильно. Основа заключалась на совершенствование техники защиты.

1. Передача сверху двумя руками;

2. Передача мяча снизу двумя руками;

3. Верхняя и нижняя передача в тройках со сменой мест;

4. Нападение в тройках от сетки;

5. Атака со связующим;

6. Приёмы защиты в 6 зоне;

7.Игра в волейбол на две стороны.

- В заключительной части тренировочного процесса проводилась рефлексия, построение и подведение итогов.

**Использование методов обучения.**

-Содержание занятия оптимальное, методы обучения - словесный, наглядный. Словесные методы используемые педагогом во время занятия, соответствуют задачам занятия, а переданная информация – содержательна и познавательна. Объяснения четко, кратко, понятно, соответствуют конкретному учащемуся, грамотно используется спортивная терминология и методические приемы. Общая культура речи педагога грамотная, понятная обучающимся.

В методах практического разучивания упражнений применялся целостный метод. Использовались практические методы для овладения техникой игрового приема. Применялись подводящие упражнения для большего изучения техника тактические действий в защите.

- В методах предупреждения и исправления ошибок, применялся словесный и наглядный метод. Тренер-преподаватель при разборе и при объяснении упражнений проговаривал методические указания. Если кому-то, что-то было не понятно, педагог подходил и всё подробно объяснял, если что-то не получалось, то указывал на ошибки и помогал их решать.

**Методика воспитания физических качеств.**

Тренер-преподаватель пользоваться наглядным методом, грамотно выбирая место на площадке, технично выполняет упражнение, одновременно объясняя их роль и правильную технику выполнения.

-Целостный метод практического разучивания, соответствует особенностям занимающихся, решаемым задачам и соблюдению последовательности.

-Вся деятельность обучающихся направлена на развитие универсальных тренировочных действий. Педагогом использовались приемы активизации познавательной деятельности – постановка проблемных задач, использование технологии уровневой дифференциации.

-Были созданы условия для личностного развития обучающегося, независимо от индивидуальных способностей и был определён оптимальный уровень физической активности для каждого обучающегося, с учетом физических возможностей.

**Воспитательная работа педагога**

- В учебно-тренировочном занятии, тренер использован словесный метод. Адекватно оценивал всех занимающихся, исправляя ошибки и указывая методические указания. Давал указания, как нужно исправлять ошибки, чтобы улучшить результат.

Проводилась игра на сплочение команды.

- Тренер хорошо владеет группой, формирует сознательные отношения, обеспечивает заинтересованность обучающихся различными способами.

**Выводы и предложения:**

Тренер-преподаватель передавал обучающимся необходимые знания и умения, тем самым показав образовательную ценность учебно-тренировочного занятия.

2. Оздоровительная ценность учебно-тренировочного занятия четко прослеживалась в выполнении обучающимися упражнений на двигательные качества, развитие выносливости для основных групп мышц, при выполнение ОРУ.

3. На учебно-тренировочном занятии видна командная работа.

4. На протяжении всего учебно-тренировочного занятия отмечается эффективность обратной связи со всеми обучающимися. Обучающиеся активны. Они показали умение продуктивно работать, наблюдать, делать выводы, анализировать и обобщать свои знания. Также обучающиеся показали наличие навыков самоконтроля и взаимоконтроля. Психологический климат на занятии позитивный.

5. Недостатков на учебно-тренировочном занятии и конкретные практические рекомендации по совершенствованию педагогического мастерства не наблюдалось.

Инструктор-методист: Л.А. Шиловская

С анализом учебно-тренировочного занятия ознакомлена: \_\_\_\_\_\_\_ тренер-преподаватель

Т.В. Шеперина