**Министерство образования и науки Республики Казахстан**

 ГККП «Высший колледж, город Кокшетау»

при управлении образования Акмолинской области



**Разработка урока по физической культуре**

**на тему «Волейбол»**

 **Преподаватель физической культуры**

**Н.Раджабова**

**Технологическая карта учебного занятия физичекой культуры**

Дата \_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_группа \_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дисциплина \_\_\_физическая культура\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Урок № \_\_\_\_**\_\_\_\_\_**

Тема \_\_**ВОЛЕЙБОЛ.** Приём и передача мяча. Совершенствование нападающего удара и блока. Учебная игра.

Цель занятия

образовательная \_\_\_\_совершенствование навыков и умений игры в волейбол\_\_\_\_

развивающая\_\_\_\_развитие скоростных качест, координации движения, ловкости, выносливости, мышления.\_

воспитательная \_\_\_\_\_воспитание чувства товарищества, реальной самооценки личности\_

Тип занятия\_\_\_\_\_\_\_комбинированное\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Обеспечение занятия

а) Используемые тесты и контрольные нормативы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

б)ТСО/спортивный инвентарь\_\_\_\_волейбольная сетка, волейбольные мячи, свисток, секундомер, фишки, скакалки\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Межпредметная связь \_физика, физиология,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Литература к занятию:

Ю. Клещёв "Спортивные игры" (Москва "Высшая школа" 1980г.)\_\_\_стр. 72- 74,77\_

Ход занятия

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п |  Этапы заняти | Дозировка | Методические указания |
| 1. | Вводно-подготовительная часть | 25 мин |  |
|  | 1. Построение, приветствие, проверка присутствующих, сообщение темы и цели занятия;
2. Напомнить технику безопасности призанятиях волейболом;
3. Разновидности ходьбы;
4. Разновидности бега: (приставным шагом, скрестным шагом, с высоким подниманием бедра, сза хлёстами голени назад, прямыми ногами вперед, прямыми ногами назад, подскоками, олений шаг);
5. Обще развивающие упражнения на месте;
6. Прыжки на скакалке;
7. Подтягивания .
 |  | Обратить внимание на внешний вид.Следить за правельностью выполнения упражнений. |
| 2. | Основная часть | 55 мин |  |
|  | 1. Передача мяча сверху двумя руками;

А) просмотр видео урока № 1 (5мин.30)Б) работа в парах – поднять мяч над собой двумя руками сверху, затем выполнить передачу напарнику.http://sclubs.ru/media/uploads/volleyball/priem_myacha_sverhu_big.jpg1. Приём и передача мяча снизу двумя руками

А) просмотр видео урока № 2 (6.10)Б) работа в парах – поднять мяч над собой двумя руками снизу, затем выполнить передачу напарнику.http://voleibol-texnika.narod.ru/8.PNGВ) Работа в парах. Один игрок выполняет удар одной рукой к ногам напарника. Напарник старается принять мяч двумя руками снизу.http://xreferat.com/image/103/1307332475_12.png1. Нападающий удар

Просмотр видео урока № 3 (5 мин.)Построится в одну колонну. Поочередно выполнение нападающего удара.http://z51445or.bget.ru/wp-content/uploads/2015/05/040614_0658_1.jpg1. Блокирование. (объяснение положения перед прыжком и в прыжке)

http://tarefer.ru/works/90/100176/pics/image014.gif1. Учебная игра

Напоминание стойки:http://festival.1september.ru/articles/573494/img2.JPG |  | Объяснение и показ.Следить за правельностью выполнения упражнений.объяснение положения перед прыжком и в прыжке |
| 3. | Заключительная часть | 10 мин |  |
|  | 1. Построение в одну шеренгу.
2. Подведение итогов занятия. (что получилось, что нет)
3. Выставление оценок.
4. Похвалить лучших.
5. Напомнить ошибки по технике и тактики.
6. Напомнить правила.
7. Рефлексия\_\_\_\_упражнения на востановление дыхания или на внимание\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
8. Домашнее задание выполнение недельного двигательного режима
9. Организованный уход
 |  |  |

**Преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 (подпись)