**Технологическая карта по волейболу**

**Раздел:**волейбол.

**Тема урока:**  Стойка и передвижение игрока. Перемещение в стойке приставными шагами. Верхняя передача мяча.

**Класс:**5 «В» класс.

**Тип урока:** образовательно-обучающий урок.

**Цель урока:** техника передвижения, техника верхней передачи мяча в волейболе, осуществлять правила самоконтроля во время выполнения физических упражнений.

**Задачи урока:**

Предметные:

1. Техника передач сверху двумя руками, сформировать навыки владения техники игры в волейбол.
2. Совершенствовать умение выполнять комплекс типа «зарядки».
3. Развивать физические качества: быстроту, ловкость.

Метапредметные:

1. Развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям
2. Формировать умение общаться со сверстниками в игровой деятельности.

Личностные:

1. Воспитание нравственных, интеллектуальных и волевых качеств.

**Место проведения:**Спортивный зал.

**Инвентарь:**волейбольные мячи, фишки.

**Ход урока**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащегося** |
| **личностная** | **регулятивная** | **познавательная и коммуникативная** |
| **Подготовительная часть урока – 10-12 минут** |
| 1. Построение в одну шеренгу, приветствие.– Что это?-Какой?-Кто знает, когда зародился волейбол, как переводится волейбол, где впервые появился волейбол?Проверка ЧСС | Учащихся настроить на урок.Вступает в диалог.Демонстрирует волейбольный мяч.-В какую игру мы играем этим мячом?-Какие виды передач вы знаете?–Чтобы мяч был в игре, что нужно уметь выполнять.– Давайте вместе сформулируем тему и цель урока,– Сущность игры удержать мяч в воздухе»– «Сегодня на уроке вы должны работая в парах, постараться не дать мячу упасть, удержать его как можно дольше в воздухе»-Как мы должны контролировать работу своего организма, чтобы не навредить нашему организму? | Формирование интересаДети высказывают варианты.Узнают друг от друга историю волейбола Дети формулируют тему и цель урокСтавят для себя задачу, вытекаемую из проблемы | Активное участие в диалоге с учителем | Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организуют отдых и досуг с использованием средств физической культуры. Излагать факты истории физической культуры. Ведут обсуждение по теме с учителемОбобщение полученной информации |
| 2. Разминка в движении– ходьба на носках– на пятках– перекат с пятки на носок– бег приставными шагами– бег змейкой– бег спиной вперёд.Восстановительная ходьба. | Подготовить организм к основной части урокаВыполняется по кругу в колонне по одному.Учитель напоминает, как правильно выполнять разминку и исправляет ошибки | Установить роль разминки при подготовке работы с волейбольными мячамиУмение выполнять физические упражнения для развития мышцПравильное выполнение заданияБезопасное поведение во время выполнения задания | Контроль за дыханиемСамоконтрольОпределить последовательность и приоритет разминкиСознательное выполнение определенных упражнений.Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп | Уметь находиться в строю и держать стройОбсудить ход предстоящей разминкиОбъясняют, на какую часть тела разминкаГоворят, какое упражнение больше понравилосьУчащиеся и учитель оценивают упражнения |
| 3. Упражнения на развитие физических качеств. Упражнения выполняются до середины зала по диагонали.– упор присев руки сзади, «паучок» лицом вперед;– « гусиный шаг»– «паучок» спиной вперед;– в упоре лежа перетащить тело на другую сторону «тюлени»;-восстановительная ходьба.Перестроение в 2 шеренгиОРУ  без мячей 1.И.п.- узкая стойка ноги врозь руки на поясе. В-наклоны головы, влево, вправо, вперёд, назад.2.И.п., широкая стойка ноги врозь руки в замок. В- круговые движения кистями рук.3.И.п. тоже. В-движение руками «волна».4.И.п.широкая стойка ноги врозь, руки согнуты в локтевых суставах. В- круговые движения локтевыми суставами5.И.п. широкая стойка ноги врозь, руки за голову. В - пружинистые наклоны туловища вперёд.6.И.п. широкая стойка ноги врозь, руки на пояс. В -пружинистые повороты туловища вправо, влево.7.И.п. упор присев. В -пружинистые выпады | Учитель говорит только название упражнения | Развитие физических качествУмение выполнять физические упражнения для развития нескольких мышц.Выполняют в 2 шеренгах..Повторяют все упражнения за учителем. | Умение воспринимать на слух и выполнять упражнениеОценивают друг друга, качество выполнения упражнений. | познавательные: представление физической культуры как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и физической подготовки человека. Характеризовать физическую нагрузку по показателям частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий. |
| **Основная часть урока – 20-25 минут** |
| Работа в парахСегодня мы с вами закрепим перемещения в стойке игрока, а так же будем выполнять  передачу мяча  2-мя руками сверху,Перестроение в две шеренги**1 часть (15минут)**          Стойки и перемещения игрока. Перемещение от лицевой линии до средней линии – лицом вперед, обратно – спиной вперед**1 место занятий**Работа в парах вдоль зала1. Подбросить и поймать мяч на пальцы рук 2.Передача мяча сверху двумя руками от головы.3. Дриблинг мяча об пол4.Передача мяча над головой вверх-5 раз*6.*Один учащийся набрасывает мяч другому, тот выполняет верхний приём над собой.**2 часть  (10 минут)**Класс делится на три командыЭстафета   с элементами волейбола1. Капитан держит мяч в руках перед лицом (кисти в «ковшик»). Сгибая ноги и, выпрямляя их, бросает мяч партнеру через сетку игрок  тоже стоит в позе волейболиста, ловит и бросает мяч обратно. После этого становится в конец строя1-2. «Одна верхняя передача». Капитан накидывает волейбольный мяч без сетки, через сетку, игрок выполняет передачу сверху и становится в конец строя. Игра завершается, когда все побывают в роли капитана, команда, закончившая игру раньше выигрывает.3.Добежать до сетки, подкинуть мяч, пройти под сеткой, поймать мяч с обратной стороны. Оббежать стойку, вернуться обратно в строй команды, передав мяч следующему.  | Деление класса на два отделения. (по половому признаку или по степени физической готовности)Рассказ и показ техники верхней передачи.Перемещениями называют способы передвижения игрока на площадке для выполнения технических приёмов и тактических действий. Обратить внимание на постановку стопы, ноги слегка согнуты. Руки согнуты в локтевых суставах, кисти на уровне пояса.Проведение краткого инструктажа, руководство работой, коррекция действий (по мере необходимости).Рассказ учителя: приём начинается с разгибания ног, затем начинают движения руки.В момент соприкосновения рук с мячом ноги разгибаются быстро, заключительным движением кистей рук мячу придаётся необходимое направление.При верхней передачи основная нагрузка приходится на указательные и частично средние пальцы, большие пальцы смягчают воздействие мяча на руки, а безымянные и мизинцы поддерживают мяч.Руки с ногами выравниваем,  плавно выпрямляемся и мяч подбрасываем своему игроку*.*Обратить внимание учащихся на стойку и расположение рук и пальцев на мяче.Набрасывать мяч партнеру точно на подготовленные руки.Обратить внимание на стойку и готовность рук к передаче. При передаче руки и ноги выпрямляются, руки сопровождают полет мяча и после передачи почти полностью выпрямляются.Помогает и поправляет- У вас все получилось, вы молодцы!Но нам есть, к чему стремится, чтобы быть сильными, здоровыми, ловкими. |    Соблюдение правил выполнения заданного двигательного действия, проявление  дисциплинированности.Повторяют за педагогом и запоминают.Владеть известными современному волейболу  приемами игры и уметь осуществлять их в разных условияхРазвитие чувства ритма.Оценивают правильность выполнения учебной задачи,  собственные возможности её решения.Положительное отношение к занятиям двигательной деятельностьюВнимательно относится к собственным переживаниям при допущении ошибокРазвитие координационных способностей в сложных двигательных действияхПостоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность  их выполненияРазвитие доброжелательного отношения к учителю и товарищам;Развитие трудолюбия и ответственности за качество своей  и коллективной деятельности.Активное включение в выполнение двигательного действия;взаимодействие со сверстниками;развитие вниманияАктивное включение в выполнение двигательного действияВзаимодействие со сверстникамиРазвитие внимание | Учащиеся проверяют степень усвоения, осуществляют контрольПринимать инструкцию учителя и четко ей действоватьУмение регулировать свои действияКонтролирует движение мячаИсправляют друг другаОценивают качество своей работыВедут самоконтроль за передающим мячомУмение собраться и настроить на деятельностьВедут контроль за мячом и передачами | Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятийРазвиваем умение выразить свою мысль по поводу освоения  технических приёмов и тактических действий одноклассникамиУметь договариваться в совместной  деятельности, взаимодействовать со сверстниками.Находят адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.Формирование умения работать в группе; договариваться; контролировать действия партнераУмение заметить достоинства и недостатки  своего исполнения движенийОказывать посильную помощь  и моральную поддержку сверстникамВзаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощиВнимательное отношение к собственным переживаниям и переживаниям соперниковУметь договариваться между собой и взаимодействовать, вступают в диалог друг с другомУмение работать в группе, командный результатКоманда должна выполнять передачи быстро в эстафете..Умение выполнять передачу, в более сложных условияхВзаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощиВнимательное отношение к собственным переживаниям и переживаниям соперников |
| **Заключительная часть( 5-6 минут)** |
| Проверка ЧСС.Упражнения на восстановление дыхания. Ходьба по кругу.– Анализ выполнения работы. Рефлексия.учитель задает вопросы-удалось ли достичь поставленной цели?-что удалось?-что не удалось?– какие качества мы сегодня развивали, какие необходимы для того, чтобы заниматься волейболом?-как вы оцениваете свою работу? |   Строятся в шеренгу. Проверка ЧСС. Учитель задает вопросы, опрос степени усвоения материалаУзнаёт степень усвоения материала, интерес учащихся | Проверяют степень усвоения и самооценка | Обсуждение своих ошибок во время занятий | Выражают свое мнение об итогах работыОбсуждают свою работу на уроке, чему научилисьПриклеивают на магнитную доску свое мнение об уроке |