**Урок по физической культуре**

**для учащихся 4 класса**

**Тема урока:** Волейбол. Верхняя передача мяча.

**Цель урока:** Ознакомить учащихся с техникой верхней передачи мяча в волейболе.

**Задачи урока:**

- обучение технике верхней передачи мяча;

- развитие координации движений;

- воспитывать интерес к занятиям физической культурой.

**Результаты:**

Личностные: накопление необхо­димых знаний и умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в фи­зическом совершенстве.

Метапредметные:

*познавательные:* принятие и сохранение целей и задач учебной деятельности, пути их достижения;

*коммуникативные:* формирование способностей взаимодействовать с одноклассниками и учителем при освоении нового материала;

*регулятивные:* взаимный контроль в совместной деятельности; адекватное оценивание своего поведения и поведения окружающих.

Предметные: первоначальные пред­ставления о технике верхней передачи мяча; здоровьесберегающая жизнедеятельность с помощью общеразвивающих упражнений и эстафеты с элементом волейбола; дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игры.

**Оборудование:** волейбольные мячи, сетка волейбольная, фишки.

**Ход урока.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этапы урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Универсальные учебные действия** |
| **ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ – 10-12 минут** |
| **Организаци-онный момент****Актуализа-ция знаний****Самоопреде-ление к дея-тельности.****Формулиро-вание темы****Разминка** | **1. Построение в одну шеренгу, приветствие.**- Сегодня у нас необычный урок, на нём присутствуют гости, но мы работаем в обычном режиме.**2. Постановка цели и задач урока.**- Вспомним, чему мы учились на предыдущем уроке? - Сегодня мы продолжим изучать приёмы игры в волейбол.- Над чем мы сегодня будем работать? Какие задачи поставим сегодня перед собой? (Ознакомиться с техникой верхней передачи мяча, развивать коорди-нацию движений).- Какие группы мышц нам необходимо подготовить?**3. Напомнить инструктаж по ТБ.**- Что необходимо делать, чтобы избежать травм на уроке?**4. Строевые команды.** «Равняйсь», «Смирно!», «Напра-во!», «Налево, в обход по залу, шагом - марш!».**5. Упражнения в ходьбе.**-Ходьба на носках, руки вверх (тянемся вверх) -Ходьба на пятках, руки за голову;-Ходьба в полуприседе, руки вперед.**6. Упражнения в беге.** -Лёгкий бег.-Бег приставными шагами левым, правым боком, в стойке волейболиста.- Бег спиной вперед.**7. Упражнения с прыжками.**- Прыжки через фишки двумя ногами с продвиже-нием вперёд, правым боком, левым боком. - Переход на ходьбу по залу с выполнением упражнения на дыхание.**5. Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении.****6.ОРУ без предметов.**Следит за правильным выполнением ОРУ, корректирует при необходимости выполнение своего упражнения. | Выполняют построение в одну шеренгу, приветствуют учителя.Отвечают на поставленные вопросы.Выполняют строевые команды.Выполняют различные виды ходьбы, бега и прыжков. Выполняют дыхательную гимнастику. Выполняют перестроение в две колонны, шеренги. ОРУ проводят 2-3 желаю-щих ученика. Выполняют с учётом корректировки учителя. | *Познавательные:* Формируют ответы на поставленные вопросы.*Коммуникативные:* Отвечают на вопросы, исправляют ошибочные варианты ответов своих одноклассников.*Регулятивные:* Выпол-нение организующих строевых команд, тех-ники передвижения в ходьбе, беге и прыжках. Осуществляют само-контроль за состоянием своего организма. *Личностные:* Проявление упорства в достижении личных результатов. |
| **ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ – 24-26 минут** |
| **Изучение нового материала** | - Приступаем к изучению нового материала.- Показать, как выполнять передачу мяча, как держать правильно руки, ноги, туловище. **Техника выполнения.**1) И.п. – ноги на ширине плеч, туловище слегка наклонено вперед, руки согнуты в локтях, кисти перед лицом, пальцы разведены и образуют «ковш», локти направлены вперед-в стороны.2) Передача начинается с последовательного разгиба-ния ног, туловища, рук; заключительным движением кистей мячу придается необходимое направление полета.**Возможные ошибки.**1. Мяч отбивается ладонями, а не пальцами.2. Большие пальцы рук направлены вперед.3. Мяч принимается слишком напряженными или расслабленными пальцами. 4. Отсутствие согласованности в движениях рук, туловища, ног.5. Кисти не сопровождают мяч.6. Нет выхода под мяч, ученики передают мяч прямыми руками на слишком большом расстоянии.**Имитация передачи мяча двумя руками сверху на месте.** Упражнение начинается с основной стойки. Внимание акцентируется на следующих основных моментах техники: мяч приближается - выпрямиться и поднять руки вверх; погасить скорость полета мяча - незначительно согнуть руки в локтях и ноги в коле-нях; передать мяч - потянуться вперед-вверх, выпрямляя ноги и руки, принять И.П.**Обучение расположению кистей и пальцев рук на мяче.** Мяч на полу. Кисти рук располагаются таким образом, чтобы большие пальцы были направлены друг к другу, указательные - под углом друг к другу, а все остальные обхватывают мяч сбоку-снизу. Мяч поднимается с пола в исходное положение над лицом. Упражнение повторяется 3-4 раза.**Задания:**- Подбросить мяч и поймать его над головой.- Подбросить мяч и передать его над собой и поймать.- Подбросить мяч и передать его над собой 2 раза и поймать.- Подбросить мяч и передать его над собой как можно больше раз и поймать.- Набрасывание мяча партнеру и передача обратно. Партнер контролирует правильность выполнения.- Взаимная передача мяча.**Передача мяча через сетку.**- приём - ловля мяча, передача с подбрасыванием мяча;- взаимная передача мяча через сетку;- эстафета с передачами мяча. | Внимательно слушают учителя.Выполнение заданий.Одни выполняют задания, другие следят за исполне-нием и исправляют ошибки.Комментируют правиль-ность выполнения, указыва-ют на ошибки друг друга.Слушают правила.Выполняют задания. | *Познавательные:* Формирование ответов на вопросы.*Коммуникативные:* Управляют собствен-ными эмоциями при даче ответов, при вы-полнении заданий.*Личностные:* развитие навыков сотрудничест-ва со сверстниками, доброжелательности, эмоциональной отзывчивости. |
| **ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ – 3-4 минуты** |
| **Итоги урока.****Рефлексия** | Построение учащихся в одну шеренгу.**Подведение итога урока:**- Чему учились на уроке?- Какие были затруднения?- Что нужно сделать на следующем занятии, чтобы повысить свои результаты в этом техническом приеме?- Оцените свою работу. У кого всё получилось – делает 2 шага вперёд, у кого, по его мнению, были ошибки – остаётся на месте.**Домашнее задание**: Выполнять силовые упражнения (сгибание рук, подтягивание в висе, приседания на одной ноге).**Организованный выход из зала.** | Выполняют построение в одну шеренгу.Отвечают на вопросы учителя.Дают оценку своей работе на уроке.Организованно выходят из зала. | *Регулятивные:* Оцени-вают свою работу на уроке путём сравнения собственного представ-ления об оценке, с оценкой учителя. Адекватно восприни-мают оценку учителя.*Личностные:* Понимают значение полученных знаний. |