**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. |