

Технологическая карта открытого урока по физической культуре в 8 классе  
 "Волейбол. Нападающий и блокирующий удар"

|                              |  |
|------------------------------|--|
| Автор                        | Андреев Александр Борисович, учитель физической культуры ГБОУ СОШ с. Кротково  |
| Класс                        | 8  |
| Раздел                       | Спортивные игры (волейбол)   |
| Цель урока                   | Формировать навыки и совершенствовать технических приемов игры в волейбол (передача мяча, прием мяча, нападающий удар, блокирование, подача мяча)  |
| Тема урока                   | Волейбол. Нападающий и блокирующий удар  |
| Тип урока                    | Урок рефлексии   |
| Задачи урока                 | <p><b>Образовательные:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать технику приема и передачи мяча двумя руками сверху, снизу в волейболе с изменением высоты и направления передачи.</li> <li>2. Совершенствовать технику подачи мяча, нападающего удара и блокирования мяча.</li> </ol> <p><b>Оздоровительные:</b> 1. Укреплять здоровье обучающихся .</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Содействовать развитию дыхательной системы при помощи дыхательных упражнений. 3. Уметь применять навыки определения величины физической нагрузки и состояния организма посредством пульсометрии и ЧСС.</li> </ol> <p><b>Развивающие:</b> 1. Развивать координацию движения, ловкость, силу, быстроту, прыгучесть</p> <p><b>Воспитательные:</b> 1. Воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие. 2. Формировать интерес к игре в волейбол.</p> |
| Планируемые результаты урока | <p><b>Предметные:</b> 1. Сформировать навыки приема и передачи мяча с изменением высоты и направления передачи двумя руками сверху, снизу.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Совершенствовать технику нападающего удара и блокирования мяча.</li> <li>3. Совершенствовать изученные технические приемы в игре.</li> <li>4. Развивать скоростно-силовые качества, быстроту реакции, точность движений, прыгучесть.</li> </ol>   |

|                   |  |
|-------------------|--|
|                   | <p><b>Метапредметные:</b></p> <p>Регулятивные УУД: 1. Формировать умения оценки своих достижений на уроке.</p> <p>2. Формировать потребности и умение выполнять упражнения игровой деятельности в волейбол.</p> <p>Коммуникативные УУД: 1. Развивать навык общения со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий.</p> <p>2. Формировать собственное мнение и позицию, договариваться, приходить к общему решению в совместной деятельности.</p> <p>Познавательные УУД: 1. Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов волейбола.</p> <p>2. Произвести перевод названия игры волейбол с английского языка (волей – летающий, бол – мяч).</p> <p>3. Организовать сотрудничество учителя с учениками, определение цели и способствовать взаимодействию при моделировании и выполнении игровых ситуаций.</p> <p>4. Установить причинно-следственные связи осуществляемой физической нагрузки и состояния организма посредством пульсометрии и ЧСС.</p> <p>Личностные: 1. Формировать индивидуальные учебно-познавательные мотивы, самостоятельность в разных видах деятельности, развивать навыки сотрудничества.</p> <p>2. Развивать мотивы учебной деятельности.</p> <p>3. Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи.</p> <p>4. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p> |
| Место проведения  | Спортивный зал   |
| Средства обучения | Волейбольные мячи, волейбольная сетка, свисток, секундомер. Учебник «Физическая культура». 8-9 класс. Под редакцией М.Я. Виленского - М. Просвещение 2021г., ноутбук, проектор, колонки, переносной экран.   |

| Этап образовательного процесса  | Деятельность учителя   | Деятельность учащегося<br>УУД  |
|---|--|--|
|   |  | Личностная, Регулятивная, Познавательная,<br>Коммуникативная   |
| 1   | 2  | 3  |
| <p><u>Подготовительный</u> 12 минут</p> <p><b>I. Организационный момент</b><br/> 1. Построение<br/> 2. Приветствие учителя<br/> 3. Знакомство с темой и планом урока.<br/> Предлагаю учащимся определить тему урока, исходящую от вопроса: «Какие элементы техники вы изучили? Какие технические приемы относятся к игре в нападении? Какие технические приемы относятся к игре в защите? Назовите основные стойки перемещения игрока в волейболе?»</p> <p><b>II. Мотивация к учебной деятельности.</b><br/> <b>Постановка целей урока.</b><br/> <b>Измерение ЧСС</b></p> | <p>Даю указания учащимся построиться в одну шеренгу<br/> Проверяю выполнение требований к внешнему виду и наличию спортивной формы.<br/> Создаю условия для определения обучающимися учебной цели урока<br/> <b>Учитель:</b>«Давайте сформулируем тему урока?»<br/> <b>Озвучивание правил ТБ на уроке по разделу «Волейбол»</b></p> <p>Просмотр видео ролика.</p> <p><b>Подводит к теме урока.</b></p> <p><b>Индивидуальное задания для освобожденных от занятий физической культуры.</b></p> <p>Знакомлю учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок</p> <p>Создаю условия, необходимые для достижения поставленной цели.</p> <p>Подготавливаю организм занимающихся к работе в основной части урока</p> | <p>Физорг класса сдает рапорт, учащиеся приветствуют учителя.<br/> Выстраивают правильные ответы, выводят учебную цель урока<br/> <b>Учащиеся</b> отвечают, что нельзя выполнять действия с мячом без зрительного контроля партнера и разрешения учителя.<br/> Выполняют команды учителя, контролируют свои действия согласно инструкции учителя<br/> Установить роль разминки при подготовке работы с волейбольными мячами<br/> Активное участие в диалоге с учителем.<br/> Самостоятельно<br/> Участвуют в ответах<br/> Формулируют ответы об интервале и дистанции между учащимися<br/> Самостоятельно измеряют ЧСС.<br/> При выполнении упражнений организуем анализ правильности выполнения упражнений партнером<br/> Сознательное выполнение определенных упражнений.<br/> Определяют последовательность и приоритет разминки мышечных групп.<br/> Анализируют правильность выполнения упражнений.<br/> Выполняют правильную технику упражнений с мячом; зрительно его контролируют<br/> Весь класс во фронтальном режиме слушает учителя<br/> Совместно с учителем формулирует ответы на вопросы, определяет тему и задачи урока<br/> Планируют путь достижения цели, ставят познавательные задачи.</p> |

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>III. Подготовка учащихся к активному и осознанному усвоению правил игры в волейбол, перемещений</b></p> <p>2.Разминка: 1. Ходьба на носках, на пятках; приставные шаги вправо; приставные шаги влево 2.Бег: обычный бег; с изменением направления; с изменением скорости; спиной, лицом вперед</p> <p>4.ОРУ: 1) Упражнения для пальцев рук; 2) Упражнения для головы и шейного отдела; 3) Упражнения для верхнего плечевого пояса; 4) Упражнения для туловища; 5) Упражнения на ноги и нижний пояс; 6) Упражнения с мячом.</p> | <p>Упражнения выполняются в колонне. Перемещениями называют способы передвижения игрока на площадке для выполнения технических приёмов и тактических действий. Обращаю внимание на постановку стопы, ноги слегка согнуты. Руки согнуты в локтевых суставах, кисти на уровне пояса.</p> <p>Все упражнения разминки выполнять по 6 повтора.</p> <p>Размять кисти рук для дальнейших упражнений</p> <p>Упражнения выполнять на максимальной амплитуде.</p> <p>Наклон делать глубже, ноги в коленях не сгибать</p> <p>При выполнении прыжков на месте – сохранять дистанцию.</p> | <p>Формируют мыслительные операции по каждому из изучаемых элементов и соединение их в целое</p> <p>Определяют показания пульса</p> <p>Запоминают показания ЧСС</p> <p>Владеют знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовки в соответствии с возрастом</p> <p>Умеют выделять необходимую информацию, осуществлять актуализацию полученных ранее знаний.</p> <p>Ведут обсуждение по заданной теме, вступают в диалог с учителем и одноклассниками.</p> <p>Строят высказывания по теме</p> <p>Определяют эффективную модель, умение анализировать, выделять и формулировать задачу</p> <p>Безопасное поведение во время выполнения задания</p> <p>Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки как со сверстниками так и с учителем</p> <p>Взаимодействуют со сверстниками, развивают внимание</p> <p>Анализируют полученную информацию</p> |
| <p><b>Основной(28 минут)</b></p> <p>Работа в колонне</p> <p>1. Передача мяча сверху, снизу двумя руками .</p> <p>2. Верхняя передача</p>   | <p>Деление класса на 4 колонны.</p> <p>Рассказ и показ техники верхней передачи, нижней передачи стоя у стены</p> <p>Рассказ учителя: приём начинается с разгибания ног, затем начинают движения</p>   | <p>1. Учащиеся находятся в колонне и по очереди выполняют передачу мяча сверху, снизу двумя руками .</p> <p>2. Один учащийся набрасывает мяч другому, тот выполняет верхний приём над собой и передает пасующему игроку</p> <p>3. Первые номера встают лицом перед своими игроками,</p>   |

|   |   |   |
|---|---|---|
| <p>мяча с пасующим игроком</p> <p>3. Ученик подбрасывает мяч и выполняет передачу мяча 2-мя руками сверху партнеру. Партнер ловит и делает тоже задание. Верхняя передача над собой и передача партнеру.</p> <p>4. Встречная передача мяча в колоннах, находящихся напротив друг друга с перемещением</p> <p>5. Блокирование мяча (блок).</p> <p>а) Имитация блока у сетки</p> <p>6. Нападающий удар</p> <p>а) имитация без мяча; с 2-3 шагов;</p> <p>б) нападающий удар</p> <p>7. Учебная игра</p> <p><b>IV . Восстановление организма после двигательной нагрузки</b></p> <p>1. Построение в одну шеренгу</p> <p>2. Дыхательная гимнастика в движении</p> | <p>руки.</p> <p>В момент соприкосновения рук с мячом ноги разгибаются быстро, заключительным движением кистей рук мячу придается необходимое направление.</p> <p>После каждых 10 передач меняться ролями.</p> <p>Обращаю внимание учащихся на стойку и расположение рук и пальцев на мяче.</p> <p>Набрасывать мяч партнеру точно на подготовленные руки.</p> <p>Обращаю внимание на стойку и готовность рук к передаче. Помогаю и поправляю.</p> <p>Учитель спрашивает учащихся. Для чего необходим блок? Слушаю ответы и при необходимости поправляю.</p> <p>Рассказ и показ техники одиночного блока</p> <p>Рассказ и показ техники нападающего удара</p> <p>Учащиеся делятся на две команды, играют до 15 очков в каждой партии. Игра длится пока счет в партиях не будет 2:1</p> <p>Восстанавливаем пульс, дыхание.</p> <p>Для того, чтобы сохранять и укреплять здоровье, необходимо знать, как работает организм. Измерение ЧСС</p> <p>Задаю вопросы по оценке деятельности, технике выполнения заданий учащимися на уроке. Оцениваю обучающихся. Формулирую выводы функционального состояния учащихся в ходе урока по показателям ЧСС</p> <p>Выполнять упражнения со скакалкой; отжимания; пресс из положения лежа</p> | <p>держа в руке мяч в стойке волейболиста один занимающийся набрасывает мяч партнеру, второй верхней передачей возвращает ему мяч обратно, уходит в конец колонны</p> <p>4. Учащиеся делятся на две встречные колонны</p> <p>При передаче руки и ноги выпрямляют, руки сопровождают полет мяча и после передачи почти полностью выпрямляют. Повторяют за педагогом и запоминают.</p> <p>Совершенствуют двигательные умения и навыки в игровой деятельности</p> <p>Выполняют игру по упрощенным правилам.</p> <p>Положительное отношение к занятиям двигательной деятельностью.</p> <p>Самостоятельно измеряют ЧСС</p> <p>Умеют регулировать свои действия, взаимодействовать в группе.</p> <p>Осуществляют самоконтроль за состоянием своего организма.</p> <p>Принимать инструкцию учителя, четко ей следовать.</p> <p>Осуществлять контроль.</p> <p>Оценивать выполнение двигательных действий согласно поставленным задачам.</p> <p>Сохраняют учебную цель и задачу.</p> <p>Самоконтроль правильности выполнения упражнений</p> <p>Умение собраться, настроиться на деятельность</p> <p>Осуществлять самоконтроль, выявлять отклонения от эталона.</p> <p>Соблюдение правил выполнения заданного двигательного действия, проявление дисциплинированности.</p> <p>Владеть известными современному волейболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях.</p> <p>Развивают координационные способности в сложных двигательных действиях</p> <p>Оценивают правильность выполнения учебной</p> |
|---|---|---|

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p><b>Заключительный - рефлексия (5 минут)</b><br/> Анализ выполнения УЗ обучающимися,<br/> <b>VII. Итог урока</b><br/> 1. Подведение итогов урока.<br/> 2. Выставление оценки.<br/> 3. Домашнее задание.<br/> 4. Организованный выход из спортивного зала.</p> |  | <p>задачи, собственные возможности её решения<br/> Самостоятельно измеряют ЧСС<br/> Определяют смысл поставленной на уроке УЗ<br/> Оценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя<br/> Вычленять новые знания.<br/> Объяснять понятие «Рациональное питание школьников».<br/> Постоянно совершенствуют приемы, улучшая общую согласованность их выполнения<br/> Активно включаются в выполнение двигательного действия.<br/> Умеют договариваться в совместной деятельности, взаимодействуют со сверстниками.<br/> Формируют умения работать в группе, договариваться, контролировать действия партнера.<br/> Умеют сосредоточиться для достижения цели.<br/> Оценивают компетентность и учет позиции других людей.<br/> Отвечают на вопросы учителя, формулируют понятия.<br/> Обсуждают работу на уроке.<br/> Ведут обсуждение, обмениваются информацией<br/> Развивают умение выразить свою мысль по поводу освоения технических приёмов и тактических действий<br/> Находят адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.<br/> Умение заметить достоинства и недостатки своего исполнения движений<br/> Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам<br/> Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи<br/> Внимательное отношение к собственным переживаниям и переживаниям соперников<br/> Владеют комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, и выполняют их с наибольшим эффектом</p> |
|---|--|---|

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>Развивают трудолюбие и ответственность за качество своей деятельности.</p> <p>Понимают значимость полученных знаний</p> <p>Осуществляют самоконтроль</p> <p>Слушают одноклассников, активно участвуют в решении коммуникативной задачи, выражают свое мнение об итогах.</p> <p>Повторяют новые полученные знания на уроке.</p> <p>Оценивают свою деятельность.</p> |
|--|--|---|