

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>Образовательные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствовать технику приема и передачи мяча двумя руками сверху, снизу в волейболе с изменением высоты и направления передачи. 2. Совершенствовать технику подачи мяча, нападающего удара и блокирования мяча. <p>Оздоровительные: 1. Укреплять здоровье обучающихся .</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Содействовать развитию дыхательной системы при помощи дыхательных упражнений. 3. Уметь применять навыки определения величины физической нагрузки и состояния организма посредством пульсометрии и ЧСС. <p>Развивающие: 1. Развивать координацию движения, ловкость, силу, быстроту, прыгучесть</p> <p>Воспитательные: 1. Воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие. 2. Формировать интерес к игре в волейбол.</p>
Планируемые результаты урока	<p>Предметные: 1. Сформировать навыки приема и передачи мяча с изменением высоты и направления передачи двумя руками сверху, снизу.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Совершенствовать технику нападающего удара и блокирования мяча. 3. Совершенствовать изученные технические приемы в игре. 4. Развивать скоростно-силовые качества, быстроту реакции, точность движений, прыгучесть.

	<p>Метапредметные:</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 УУД
		Личностная, Регулятивная, Познавательная, Коммуникативная
1	2	3
<p><u>Подготовительный</u> 12 минут</p> <p>I. Организационный момент 1. Построение 2. Приветствие учителя 3. Знакомство с темой и планом урока. 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>II. Мотивация к учебной деятельности. Постановка целей урока. Измерение ЧСС</p>	<p>Даю указания учащимся построиться в одну шеренгу Проверяю выполнение требований к внешнему виду и наличию спортивной формы. Создаю условия для определения обучающимися учебной цели урока Учитель:«Давайте сформулируем тему урока?» Озвучивание правил ТБ на уроке по разделу «Волейбол»</p> <p>Просмотр видео ролика.</p> <p>Подводит к теме урока.</p> <p>Индивидуальное задания для освобожденных от занятий физической культуры.</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. Выстраивают правильные ответы, выводят учебную цель урока Учащиеся отвечают, что нельзя выполнять действия с мячом без зрительного контроля партнера и разрешения учителя. Выполняют команды учителя, контролируют свои действия согласно инструкции учителя Установить роль разминки при подготовке работы с волейбольными мячами Активное участие в диалоге с учителем. Самостоятельно Участвуют в ответах Формулируют ответы об интервале и дистанции между учащимися Самостоятельно измеряют ЧСС. При выполнении упражнений организуем анализ правильности выполнения упражнений партнером Сознательное выполнение определенных упражнений. Определяют последовательность и приоритет разминки мышечных групп. Анализируют правильность выполнения упражнений. Выполняют правильную технику упражнений с мячом; зрительно его контролируют Весь класс во фронтальном режиме слушает учителя Совместно с учителем формулирует ответы на вопросы, определяет тему и задачи урока Планируют путь достижения цели, ставят познавательные задачи.</p>

<p>III. Подготовка учащихся к активному и осознанному усвоению правил игры в волейбол, перемещений</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 соединении 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>Основной(28 минут)</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>IV . Восстановление организма после двигательной нагрузки</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>Заключительный - рефлексия (5 минут) Анализ выполнения УЗ обучающимися, VII. Итог урока 1. Подведение итогов урока. 2. Выставление оценки. 3. Домашнее задание. 4. Организованный выход из спортивного зала.</p>		<p>задачи, собственные возможности её решения Самостоятельно измеряют ЧСС Определяют смысл поставленной на уроке УЗ Оценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя Вычленять новые знания. Объяснять понятие «Рациональное питание школьников». Постоянно совершенствуют приемы, улучшая общую согласованность их выполнения Активно включаются в выполнение двигательного действия. Умеют договариваться в совместной деятельности, взаимодействуют со сверстниками. Формируют умения работать в группе, договариваться, контролировать действия партнера. Умеют сосредоточиться для достижения цели. Оценивают компетентность и учет позиции других людей. Отвечают на вопросы учителя, формулируют понятия. Обсуждают работу на уроке. Ведут обсуждение, обмениваются информацией Развивают умение выразить свою мысль по поводу освоения технических приёмов и тактических действий Находят адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности. Умение заметить достоинства и недостатки своего исполнения движений Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи Внимательное отношение к собственным переживаниям и переживаниям соперников 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>
--	--	---