**Методическая разработка открытого урока**

**с использованием новых образовательных технологий**

учителя физической культуры МБУ гимназии № 35 г.о. Тольятти

Лепешковой Марины Юрьевны

**Предмет:** физическая культура.

**Класс:** 6 «А»

**Тема урока:** «Прием и передача мяча снизу 2-мя руками в волейболе».

**Дата проведения:** 19.02.2014г.

**Цели урока:**

**Образовательные:** обучить приему и передаче волейбольного мяча снизу двумя руками в парах, над собой.

**Развивающие:** развивать физические качества: ловкость, координационные способности, силу.

**Воспитательные:** воспитывать волевые качества: смелость, инициативность, самостоятельность; нравственность. Духовные стороны личности: честность, взаимопомощь, умение работать в команде, группе.

Расширить двигательный опыт учащихся, содействовать сохранению и укреплению их здоровья.

**Прогнозируемый результат:** учащиеся должны **знать** описание техники приема и передачи мяча снизу двумя руками, анализировать правильность выполнения и выявлять грубые ошибки. **Уметь** демонстрировать технику приема и передачи мяча снизу двумя руками в условиях игровой деятельности.

**Тип урока:** усвоение новых знаний.

**Оборудование:** тенисные мячи, волейбольные мячи, скакалки, маты, проектор, компьютер, мультимедийная доска.

**НОТ:** технология дифференцированного обучения, здоровьесберегающая, информационно-коммуникационная.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание материала | Дозировка | Организационно-методические указания |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| I | Подготовительная | 15 мин. |  |
|  | 1.Построение, сообщение задач, расчет.  | 1 мин. | Обратить внимание на осанку, постановку стопы |
|  | 2. Строевые упражнения:1) «налево!»2) «направо!»3) «кругом!»4) «дистанция!»5) «интервал!»Построение в колонну | 1 мин. | Четко выполнять поставленную команду, соблюдать дистанцию, строй, дисциплину. |
|  | 3. Ходьба:1) на носках;2) на пятках;3) спиной вперед;4) приставными шагами правым, левым боком. | 2 мин. | Обратить внимание на положение головы туловища, рук, стоп. |
|  | 4. Бег:1) по кругу равномерный;2) по прямой из разных И.П.: - упор присев;- спиной вперед;- упор присев спиной вперед- челночный бег 3 х 10 м. | 3 мин. | Следить за дыханием, дистанцией, интервалом во время передвижения. Учащиеся подготовительной группы выполняют бег по самочувствию ( переходят на ходьбу). |
|  | 5. Общеразвивающие упражнения (О.Р.У.) с тенисным мячом.1) И.П. стока ноги врозь, мяч в руках внизу.1- поднять мяч вверх, подняться на носки;2- И.П. 2) И.П. стойка ноги врозь, мяч за голову1- поднять мяч вверх;2- И.П.3) И.П. стойка ноги врозь, мяч в правой руке1-5 выпрямлять и сгибать пр. 6-10 левую  | 7 мин.6-7 раз6-7 раз10 раз | Руки не сгибать, подниматься на носки выше.Посмотреть на мяч, руки выпрямить.Направление локтя в сторону. |
|  | 4) И.П. стойка ноги врозь, мяч в руках внизу1- подбросить мяч вверх;2- И.П.5) И.П. стойка ноги врозь, мяч в руках вверху1- наклон туловища вперед, оставить мяч на полу;2- И.П.3- наклон туловища вперед, взять мяч в руки;4- И.П.6) И.П. то же1- присед, руки вперед; 2- И.П.7) И.П. стойка ноги врозь, руки за голову1- присед;2- И.П.8) И.П. основная стойка, мяч к груди1- выпад вправо, мяч вперед;2- И.П.3- 4 тоже в другую сторону9) И.П.- О.С. руки на колени1-7 круговые движения в коленном суставе вправо;1-7 тоже в другую сторону10) И.П.- О.С.1-7 круговые движения в голеностопном суставе правой ногой;1-7 тоже левой ногой 11) И.П.- О.С. боком к мячуПрыжки через мяч на 2-х ногах вправо и влево12) И.П.-О.С.1-4 поднять руки вверх5-8 опустить13) И.П. – О.С. руки в стороны1-2 скрестить руки на груди: правая сверху2-4 И.П.5-6 тоже левая сверху;7-8 И.П. | 10 раз6-7 раз10 раз10 раз5-6 раз1-14 раз1-14 раз7-10 раз5-6 раз5-6 раз | Следить за перемещением мяча.Ноги при наклоне не сгибать.Спину держать, руки прямые.Смотреть вперед, не наклоняться.Следить за осанкой, ногу в сторону выпрямлять.Полный круг вправо и влево.Выполнять круговые движения одной ногой и вправо и влево.Выше подтягивать ноги к груди.Руки вверх – вдох, вниз – выдох.Руки в стороны вдох, скрестить руки на груди выдох. |
| II | Основная | 21 - мин. |  |
|  | **1. Просмотр обучающей презентации:** « Приемы и передачи мяча в волейболе» 1 слайдC:\Users\Лепешков А\Desktop\img28.jpg2 слайдC:\Users\Лепешков А\Desktop\0009-009-Peredachi-mjacha.jpg 3 слайдC:\Users\Лепешков А\Desktop\0021-021-Priem-mjacha.jpg 4 слайдC:\Users\Лепешков А\Desktop\2800_html_7b9278cc.png5 слайд C:\Users\Лепешков А\Desktop\i.jpg 6 слайдC:\Users\Лепешков А\Desktop\0014-014-Tekhnika-vypolnenija-peredachi-mjacha-dvumja-rukami-snizu.jpg 7 слайдC:\Users\Лепешков А\Desktop\0014-014-Tekhnika-vypolnenija-peredachi-mjacha-dvumja-rukami-snizu.jpg8 слайдC:\Users\Лепешков А\Desktop\img27.jpg9 слайдC:\Users\Лепешков А\Desktop\00016c8b53ff0a13c3ce2b.jpg2. Стойка волейболиста: - высокая; - низкая.3. Постановка рук для приема мяча снизу(рассказ и показ учителя) и постановка ног из ст. волейболиста. Имитационные упражнения.4 . Передача мяча снизу (рассказ и показ учителя)- И.п. стойка волейболиста - мяч слева, справа, спереди, сзади, скачок вперед, назад, вправо, влево (без мяча) упражнения с мячами на месте:- Подбросить мяч вверх перед собой, принять его снизу (вторая шеренга имитирует без мяча)- Подбросить мяч вверх перед собой, повернуться вправо – влево, принять его снизу.- Скачок вперед – назад с приемом мяча снизу.- Первая шеренга набрасывает мяч, вторая выполняет прием и нижнюю передачу партнеру;- Первая шеренга выполняет верхнюю передачу мяча, а вторая нижнюю передачу,- Передача снизу над собой- Передача снизу над собой низко -высоко 5. Подвижная игра « Мяч среднему»6 . Работа учащихся по звеньям: ОФП Карточка № 1 «Пресс»- в парах. Лежа на мате, партнер удерживает ноги к полу. Сгибание, разгибание туловища. Карточка № 2Отжимание (юноши от пола, девушки от гимнастической скамейки) Карточка № 3Прыжки со скакалкой | 3-4 мин.1 мин.1-2 мин.1-2 мин.1-2 мин.2-3 мин.1-2 мин.1-2 мин.2-3 минуты3 минуты15-20 раз10-12 раз (п. г.)20 раз10-12 раз (п.г.)100-150 раз70-80 раз (п. г.) | Во время просмотра презентации соблюдать дисциплину. Ссылки открывает освобожденный.<http://sporter.md/posts/volejbol/peredacha-pas-v-volejbole>Виды передач.<http://900igr.net/datas/fizkultura/Volejbol-fizkultura/0009-009-Peredachi-mjacha.jpg>Применение нижнего приема мяча.<http://900igr.net/datai/fizkultura/Volejbol/0021-021-Priem-mjacha.png>Правильное положение пальцев рук.1. <http://www.school61.ru/metodkopilka/fizkultura/voleibol/voleibol.files/image003.jpg>

Положение тела во время приема мяча.1. <http://www.school61.ru/metodkopilka/fizkultura/voleibol/voleibol.files/image002.jpg>

Положение тела во время приема мяча.1. <http://900igr.net/datas/fizkultura/Volejbol/0023-023-Tekhnika-vypolnenija-priema-mjacha-snizu-dvumja-rukami.jpg>

Описание положения туловища во время приема мяча.<http://900igr.net/datas/fizkultura/Volejbol/0014-014-Tekhnika-vypolnenija-peredachi-mjacha-dvumja-rukami-snizu.jpg>Выполнение техники приема мяча.<http://voleibol-texnika.narod.ru/priem.html><http://russian.china.org.cn/sports/archive/beijing2008/2008-08/18/content_16265558.htm>Стойка является исходным положением для всех приемов с мячом и действий без мяча.Руки паралельно полу, ноги согнуты, плечи вперед. Руки параллельно полу. Плечи подать вперед.  Пальцы рук сжаты, кисти опустить вниз. Ноги на ширине плеч, одна нога чуть впередПотянуться за мячом. Потянуться за мячом. Ноги согнуты в коленях.Руки паралельно полу, ноги согнуты, плечи вперед.Уверенно принять и.п. и сделать передачу.Передача мяча среднему в кругу (круг мальчиков, круг девочек)3 звена самостоятельно работают по карточкам (1 звено - юноши, 2 звено - девушки, 3 звено - учащиеся подготовительной группы)Руки за голову, касаемся плечами мата.Локти сгибаются до прямого угла, пальцы рук направлены вперед.  |
| III | Заключительная | 4 мин. |  |
|  | 1. Построение2. Игра на внимание: «Запрещенное движение»3. Подведение итогов урока. Что мы сегодня изучали? Что понравилось, что нет? Отметить учащихся, которые лучше всех выполняли предложенные упражнения.  | 1 мин.2 мин.1 мин. | Обратить внимание учеников на дружные команды и корректное спортивное поведение по отношению друг другу на уроке и во время игры. |

Заместитель руководителя ОО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Коритко Н.В./

**Список использованной литературы:**

1. Лях В.И., Физическая культура для учащихся 5-7 классов, М., «Просвещение», 2011г.

2. Лях В.И. и др., «Комплексная программа Физического воспитания 1-11 классы», Москва, «Просвещение», 2011 г.

3. Волейбол «Внеурочная деятельность учащихся» Г.А. Колодницкий В.С.Кузнецов И.В. Маслов Москва 2011г

4. Поурочные разработки по физкультуре. Универсальное издание. – М.:ВАКО, 2005

**Интернет-ресурсы:**

1. <http://900igr.net/datas/fizkultura/Volejbol/0014-014-Tekhnika-vypolnenija-peredachi-mjacha-dvumja-rukami-snizu.jpg>
2. <http://900igr.net/datas/fizkultura/Volejbol-fizkultura/0009-009-Peredachi-mjacha.jpg>
3. <http://900igr.net/datai/fizkultura/Volejbol/0021-021-Priem-mjacha.png>
4. <http://www.school61.ru/metodkopilka/fizkultura/voleibol/voleibol.files/image003.jpg>
5. <http://www.school61.ru/metodkopilka/fizkultura/voleibol/voleibol.files/image002.jpg>
6. <http://900igr.net/datas/fizkultura/Volejbol/0023-023-Tekhnika-vypolnenija-priema-mjacha-snizu-dvumja-rukami.jpg>
7. <http://voleibol-texnika.narod.ru/priem.html>
8. <http://sporter.md/posts/volejbol/peredacha-pas-v-volejbole>
9. <http://www.school61.ru/metodkopilka/fizkultura/voleibol/voleibol.files/image003.jpg>

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

***Карточка №1.***

 «Пресс» – в парах. Лежа на мате, партнер удерживает ноги к полу. Сгибание, разгибание туловища. (15-20 раз). Подготовительная группа (10-12 раз).

***Карточка №2.***

 Отжимание. (Юноши от пола 20 раз, девушки от гимнастической скамейки 15 раз, подготовительная группа 10-12 раз).

***Карточка №3.***

Прыжки со скакалкой (150-200 раз). Подготовительная группа (70-80 раз).