**Конспект**

**урока физической культуры №38 для учащихся 8 класса**

**Тема урока: «Отработка техники приема и передачи мяча. Техника нападающего удара.»**

**Цель урока**: отработка техники приема и передачи мяча. Техника нападающего удара.

-обучить технику прямого нападающего удара.

- совершенствовать технику приёма и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.

-развить “чувство мяча”, ловкость, точность передач, координацию движений.

-воспитать настойчивость, волю, трудолюбие, товарищескую взаимопомощь

**Задачи урока:**

**1.Образовательная:**

-обучить технику  прямого нападающего удара.

-совершенствовать технику приёма и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.

**2.Развивающая:** развить “чувство мяча”, ловкость, точность передач, координацию движений.

***3.Воспитательная*:** воспитать настойчивость, волю, трудолюбие, товарищескую взаимопомощь.

***4.Оздоровительная:***выработать умения использовать физические упражнения.

**Место проведения: спортзал** МОУ СОШ №5

**Дата проведения:** 28.01.2011 год.

**Оборудование:** мячи волейбольные;

набивные мячи 20 шт.;

карточки по волейболу 15 шт.;

мячи для большого тенниса 15 шт.;

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Части урока** | **Частные задачи урока** | **Содержание урока** | **Методы, способы и технологии организации обучающихсяДозирование нагрузки** | **Организационно-методичес кие указания** |
| **деятельность учителя** | **деятельность обучающихся** |
| **Вводная 2 мин.** | 1.Сообщить задачи урока.2.Осведомиться о самочувствии.3.Психологически настроить на урок. | принимает рапорт от командира класса, сообщает задачи урока, передает командиру подготовительную часть урока | построение | групповой, фронтальный, индивидуальный, дозировка-2 минуты. | проверить выполнение команд «равняйсь!», «смирно!» |
| **Подготовитель ная-10 мин.** | **1.**Ходьба, её разновидности: на носках, пятках, скрестный шаг, в полуприседи, в полном приседи, перекат с пятки на носок. Перекат с пятки на носок с выпрыгиванием вверх**2.**Прыжки: на двух, правой, левой, с ноги на ногу, с вращением рук вперёд и назад**3.**Бег: обычный; толчком одной, прыжок вверх – потянуться рукой к сетке; то же, толчком двумя (объяснить работу ног, как в нападающем ударе)**4**.Перемещения: правое, левое плечо вперёд приставными шагами в средней стойке волейболиста;ускорения – имитация передачи мяча через сетку - перемещения спиной вперёд в основной стойке волейболист**5**.Прыжки в парах вдоль волейбольной сетки.**6.**ОРУ в движении и на месте. | учитель-консультант | командир-учитель проводит ходьбу с её разновидностями, прыжки: на двух, правой, левой, с ноги на ногу, с вращением рук вперёд и назад, бег обычный, толчком одной, прыжок вверх – потянуться рукой к сетке; то же, толчком двумя (объяснить работу ног, как в нападающем ударе;перемещения: правое, левое плечо вперёд приставными шагами в средней стойке волейболиста;ускорения – имитация передачи мяча через сетку - перемещения спиной вперёд в основной стойке волейболист;прыжки в парах вдоль волейбольной сетки,ОРУ в движении и на месте. | групповой, фронтальный-1 минутагрупповой-1 минутагрупповой, поточный-2 минутыгрупповой, фронтальный-1 минутагрупповой-2 минутыгрупповой,поточный-2 минуты | о/в на осанку, на отталкивание, стопы параллельн, приземляться только на место отталкиваняобратить внимание (о/в) на приземлениео/в на технику перемещенийо/в на крестный шаго/в на спец.упражнения |
| **Основная часть-25 минут** | 1.Обучить учащихся передаче мяча двумя руками снизу, правой-левой снизу,двумя руками сверху.Создать условия для самостоятельной передачи мяча.Упражнения с волейбольным мячом1.Жонглирование: приём и передача мяча сверху, снизу2.Передача сверху над собой | учитель рассказывает и показывает правильное выполнение передачи мяча.учитель подбадривает обучающихся, объясняет что делать.учитель напоминает приём и передачу мяча сверху, снизу | выполняют передачу мячавыполняют приём и передачу мяча | групповой, поточный-1 минутагрупповой-2 минутыгрупповой-2 минутыгрупповой, индивидуальный-1 минутагрупповой, индивидуальный-2 минуты | о/в – кисть не выше уровня плечо/в на «захлест» кистей руко/в на кистьо/в на высоту передачи |
| **Заключительная часть-3 минуты** | 3.Передача в парах4.Передача после отскока от пола5.Передача со сближением и расхождением6.Приём снизу «вратарь»Прямой нападающий удар1.Верхняя подача в стену 2.Верхняя подача в парах3.Броски мяча двумя руками, ударом об пол4.Броски мяча двумя руками, ударом об пол в прыжке5.Мяч в прямой руке, удар правой рукой по мячу6.Прямой нападающий удар с собственного набрасывания7.В парах. Бросок теннисного мяча в прыжке с разбега через сетку8.Нападающий удар по мячу находящемуся в руке партнера9.Нападающий удар по мячу, наброшенному партнёром10.Нападающий удар из зоны 2 с передачи из зоны 3привести состояние организма в состояние покоя | учитель контролирует правильность выполненияобучить нападающему ударусоздать условия для правильного выполнения поставленной задачиучитель отмечает работу каждого ученика1.подведение итогов урока;2.дать домашнее задание;3.организованно отпустить с урока | выполняют:передачу мяча в парахпередачу после отскока от полапередачу со сближением и расхождениемпоследовательно выполняют упражнения с мячомупражнения на восстановление дыхания1.построение2.узнать отметки за урок3.получить домашнее задание | фронтальный, групповой-2 минутыгрупповой-2 минутыгрупповой-2 минутыфронтальный-1 минутаиндивидуальный-1 минутагрупповой-1 минутагрупповой-1 минутаиндивидуальный-1 минутаиндивидуальный-1 минутаиндивидуальный-1 минутагрупповой, индивидуальный-1 минутагрупповой-1 минутагрупповой-1 минутагрупповой-1 минутагрупповой,фронтальный,индивидуальный,поточный-3 минуты | о/в на точность передачо/в на сосредоточенность, наблюдательность, готовность, внимательность, быстроту, координацию движенийо/в на предплечье, кистьо/в на «захлёст»кистей руко/в на место ударао/в на «захлёст»кистей руко/в на удар в высшей точке броска, стопы параллельно, прыжок вертикальный, мягкое приземлениео/в на безостановочный переход от разбега к прыжку. Бросок производить прямой рукой с активным движением кистью о/в на отталкиваниео/в на приземлениео/в на согласованность движений с траекторией полётапоблагодарить за урок, прокомментировать отметки, озвучить домашнее задание, организованно вывести из зала. |

Учитель физической культуры

МОУ СОШ №5 В.Г.Бессонов.

**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**Мечетинская средняя общеобразовательная школа №5**

**Конспект урока**

 физической культуры

по теме: «Волейбол»

подготовил учитель физической культуры

второй квалификационной категории

Бессонов Владимир Геннадьевич

ст.Мечетинская

2011 год