**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 минута  групповой-1 минута  групповой, поточный-2 минуты  групповой, фронтальный-1 минута  групповой-2 минуты  групповой,  поточный-2 минуты | о/в на осанку, на отталкивание, стопы параллельн, приземляться только на место отталкиваня  обратить внимание (о/в) на приземление  о/в на технику перемещений  о/в на крестный шаг  о/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 мячом  1.Жонглирование: приём и передача мяча сверху, снизу  2.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 мяча  выполняют приём и передачу мяча | групповой, поточный-1 минута  групповой-2 минуты  групповой-2 минуты  групповой, индивидуаль  ный-1 минута  групповой, индивидуальный-2 минуты | о/в – кисть не выше уровня плеч  о/в на «захлест» кистей рук  о/в на кисть  о/в на высоту передачи |
| **Заключительная часть-3 минуты** | 3.Передача в парах  4.Передача после отскока от пола  5.Передача со сближением и расхождением  6.Приём снизу «вратарь»  Прямой нападающий удар  1.Верхняя подача в стену  2.Верхняя подача в парах  3.Броски мяча двумя руками, ударом об пол  4.Броски мяча двумя руками, ударом об пол в прыжке  5.Мяч в прямой руке, удар правой рукой по мячу  6.Прямой нападающий удар с собственного набрасывания  7.В парах. Бросок теннисного мяча в прыжке с разбега через сетку  8.Нападающий удар по мячу находящемуся в руке партнера  9.Нападающий удар по мячу, наброшенному партнёром  10.Нападающий удар из зоны 2 с передачи из зоны 3  привести состояние организма в состояние покоя | учитель контролирует правильность выполнения  обучить нападающему удару  создать условия для правильного выполнения поставленной задачи  учитель отмечает работу каждого ученика  1.подведение итогов урока;  2.дать домашнее задание;  3.организованно отпустить с урока | выполняют:  передачу мяча в парах  передачу после отскока от пола  передачу со сближением и расхождением  последовательно выполняют упражнения с мячом  упражнения на восстановление дыхания  1.построение  2.узнать отметки за урок  3.получить домашнее задание | фронтальный, групповой-2 минуты  групповой-2 минуты  групповой-2 минуты  фронтальный-1 минута  индивидуальный-1 минута  групповой-1 минута  групповой-1 минута  индивидуальный-1 минута  индивидуальный-1 минута  индивидуальный-1 минута  групповой, индивидуальный-1 минута  групповой-1 минута  групповой-1 минута  групповой-1 минута  групповой,  фронтальный,  индивидуальный,  поточный-3 минуты | о/в на точность передач  о/в на сосредоточенность, наблюдательность, готовность, внимательность, быстроту, координацию движений  о/в на предплечье, кисть  о/в на «захлёст»кистей рук  о/в на место удара  о/в на «захлёст»кистей рук  о/в на удар в высшей точке броска, стопы параллельно, прыжок вертикальный, мягкое приземление  о/в на безостановочный переход от разбега к прыжку. Бросок производить прямой рукой с активным движением кистью  о/в на отталкивание  о/в на приземление  о/в на согласованность движений с траекторией полёта  поблагодарить 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