**Конспект урока по волейболу**

**Класс** 5"Б", учитель: Жукова Светлана Валерьевна

**Вид урока**: Волейбол

**Тип урока**- Совершенствование, обучение

**Задачи урока:**

1. Закрепить технику верхняя передача мяча над собой, в парах.
2. Разучить технику передачи мяча через сетку.
3. Провести учебная игра пионербол.
4. Воспитание активности, внимательности, коллективизма.

**Метод проведения**: фронтальный, групповой, соревновательный.

**Место проведения**: спортивный зал

**Инвентарь**: волейбольные мячи

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно-методические указания** |
| **1.****Подготовительная часть** | 1. Построение, сообщение задач урока.2. Ходьба А) на носкахБ) на пяткахВ) на внешней стороне стопыГ) на внутренней стороне стопы3. Бег равномерный .4. Ходьба.5. ОРУ. | 10 мин.1кр.1кр.1кр.1кр.4кр.1кр.2-3мин. |  принять О.С.При выполнении упражнений в беге следить за осанкой и дыханием учащихся. Следить за правильностью выполнения каждого упражнения. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Основная часть** | **1. Упражнения в парах**  |  |

|  |
| --- |
|  х Х х х х х х х х х  |

 |
|  | 1. Круговые движения мячом вокруг, шеи, тела, ног.2. Подбросить мяч над собой и принять его в стойке волейболиста.3. Верхняя передача над собой.4. Короткая, высокая, короткая передача мяча.5. Удар в пол, поймать в стойке волейболиста.6. Присед с мячом.7. Верхняя передача мяча в парах.8. В парах: держать мяч правой рукой, затем лбом. | 5 раз5 раз3-5раз5 раз10 раз10 раз5 раз | Упражнения выполняются по прямой линии.Обратить внимание на правильное исходное положение, согласованность в работе рук и ног.Ноги согнуты в коленях.Руки работают от лба.Руки надо лбом.Продержать мяч в воздухе не менее 5 раз.Передвигаться приставными шагами. |
|  | 2. Передача мяча через сетку. | 7-8 мин. | Капитан находится с другой стороны сетки.

|  |
| --- |
|  Х х х х х Х х х х х  |

 |
|  | 3. Учебная играпионербол | 13-15 мин. | Соблюдать правила игры.  |
| **Заключительная часть.** | 1. Построение .2. Подведение итогов урока. | 1-2 мин. |  |