

**План -конспект урока проведения мастер-класса для слушателей курса ОГАОУ
«Белгородский институт повышения квалификации профессиональной переподготовки
специалистов**

План-конспект открытого урока по физической культуре в 9 классе

Тема занятия: Освоение ловли и передачи мяча, осаливания в игре "Яджент".

Количество обучающихся: 24 обучающихся

Место занятия: спортивный зал

Цель: Развитие основных физических качеств посредством игры "Яджент"

Задачи:

Образовательные: - совершенствовать ловлю и передачу волейбольного мяча;

-обучить приему осаливания в игре "Яджент"

Развивающие: - развивать ловкость, быстроту, точность передач.

Воспитательные: - воспитывать чувства уважения к товарищу, дисциплинированности.

Инвентарь: Волейбольные мячи, сетка для игры

Учитель : физической культуры МАОУ " СОШ №1 с УИОП" г. Губкина Шаров И.В.

Часть урока	Содержание	Доз - ка	Организационно - методические указания
1	Вводная	5	
	1. Построение, сообщение задач урока. 2.Бег до 500 метров 3.ОРУ на месте и в движении	5	Бег в равномерном темпе, следить за дыханием Во время выполнения сделать упор на верхний плечевой пояс
11	Основная	25	
	Ловля и передача мяча Работа с мячом: 1. Подбрасывание мяча правой рукой ловля двумя. 2. Подбрасывание мяча левой рукой, ловля двумя. 3. Подбрасывание правой рукой, ловля левой и наоборот. В паре: 1. Передача и ловля мяча с (3.5метров) 2.Передача и ловля мяча с (3-6 метров) 3. Передача и ловля мяча с (10- 15метров). 4. Передача и ловля мяча с отскоком от земли. Прием осаливания В паре 1. Расстояние между игроками 3-5м. 2. По сигналу один убегает, другой пытается осалить мячом	10	При ловле тыльные стороны кистей соединить Скорость передачи постепенно возрастает, можно добавить темп. Мяч летит параллельно земле, бросок сбоку (кисть на уровне плеча) При ловле не много сгибать колени Ознакомить учащихся с данным приемом, объяснить особенности осаливания.
	Игра в "Яджент"	15	Обратить внимание, что надо осаливать в туловище а не в голову. На площадке 18x18 время 10 сек. Игра по основным правилам
111	Заключительная	5	
	1. Построение, ходьба, бег в спокойном темпе. 2. Упражнения на восстановление дыхания. Рефлексия Построение, подведение итогов урока	5	Привести организм занимающихся в спокойное состояние Опросить обучающихся чему научились, что не получилось.