**Конспект урока** по физической культуре по разделу программы ”Спортивные игры (мини-волейбол)”

для обучающихся 5б класса

**Тема урока:** Мини-волейбол: передача мяча двумя руками сверху, прием мяча двумя руками снизу.

**Основные задачи:**

**Образовательные: (по формированию двигательных умений и навыков)**

1)Формировать навык техники передачи мяча сверху двумя руками.

2)Формировать навык техники приёма мяча снизу двумя руками

2)Формировать навык техники игры мини-волейбол.

**Оздоровительные:**

1)Способствовать развитию быстроты и скоростных качеств применительно к игре мини-волейбол.

2)Способствовать развитию координации применительно к игре мини-волейбол.

**Воспитательные:**

1)Способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, трудолюбия, чувства коллективизма.

2)Способствовать воспитанию волевых качеств (смелости и решительности).

**Образовательные: (по формированию знаний)**

1)Содействовать усвоению обучающимися знаний о правилах игры в мини-волейбол.

**Дата проведения урока**: 20.04.15  **Время проведения**: 09-55

**Место проведения урока**: Спортивный зал ГБОУ школы №457

**Инвентарь:** Волейбольные мячи, конусы. **Оборудование:** Волейбольная сетка.

**Учитель физической культуры** - Амбарцумян Альберт Акопович

 м.т + 7 911-165-37-17

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Части урока и их продолжительность | Частные задачи к конкретным видам деятельности | Содержание учебного материала | Дозировка | Организационно-методические указания |
| **Подготовительная часть 13-14 мин.** | Обеспечить начальную организацию и психологическую готовность обучающихся к занятию. | **1**. **Организованный вход в зал** в колонне по одному с последующим построением обучающихся в одну шеренгу, обмен приветствиями. | 25-30 с. | Требовать от обучающихся согласованности действий ,быстроты и четкости выполнения команд.В одну шеренгу становись! Ровняйсь! Смирно! По порядку рассчитайсь! Вольно!Cхема:(вход в зал)(обучающ.)(учитель)(сетка) |
| Создать целевую установку на достижение конкретных результатов в предстоящей деятельности.Способствовать профилактике травматизма. | **2**. **Сообщение задач урока** обучающимся с разъяснением правил техники безопасности при выполнении упражнений. | 25-30 с. | Обеспечить предельную лаконичность, конкретность и смысловую емкость задач урока и правил ТБ, доступность понимания их формулировок контингенту обучающихся.Акцентировать внимание занимающихся на необходимости сохранения правильной осанки при всех видах передвижений, в выполнении строевых упражнений. |
| Организовать обучающихся к выполнению упражнений в передвижений | **3**. **Перестроение** в колонну по одному поворотом на месте и ходьба в обход на лево с размыканием на дистанции в два шага | 15-20 с. | Выполнять перестроение и передвижение по команде и под счёт учителя. |
| Способствовать общему “разогреванию” и постепенному введению организма обучающихся в активную двигательную деятельностьСпособствовать профилактике нарушений осанки и плоскостопия | **4**.**Передвижение в ходьбе**В колонне по одному с заданием:-на носках, руки в замок ладонью вверх.-на пятках, руки за спину. | 1 мин. | Акцентировать внимание обучающихся на необходимость сохранения принятой дистанции, правильного положения рук при передвижении.Схема:  |
|  | Способствовать оптимизации ритма дыхания и ЧСС.Обеспечить функциональную готовность организма к действиям по формированию навыков техники передачи и приема мяча. | **5**.**Передвижение в беге** в колонне по одному, по кругу, противоходом, змейкой, по диагонали.**6**.**Упражнения в глубоком дыхании** при передвижении в ходьбе**7**.**Общеразвивающие упражнения в движении при ходьбе:**I.И.п – руки пред собой ладони внутрь.1 – 3 правую руку в верх в сторону, левую вниз в сторону2 - 4 И.п.II. И.п – руки перед собой ладони вниз.1-3 – руки в сторону2-4 – руки скрест.III. И.п.- правая рука вверх, левая вниз 1-4 рывки руками вперед назад5-6 отведение рук согнутыми у груди7-8 прямыми в стороны.IV.И.п – руки на поясе1 – поворот туловища в лево, отведение руки в сторону.2 – И.п.3 – Поворот туловища в право, отведение руки в сторону.4 – И.п. |  4р. 3р. 4р. 4р. 30 с. 1,5-2 мин.  | Акцентировать внимание обучающихся на необходимости самоконтроля за техникой бега.Выполнять бег в среднем равномерном темпе.Схема:Акцентировать внимание обучающихся на ритме дыхания.Руки держать прямо!В локтевом суставе не сгибать!Соблюдать дистанцию в строю два шага!Отводить руки как можно дальше в сторону! |
|  | Организовать обучающихся к выполнению беговых и координационных упражнений. | **8**.**Перестроение** из колонны по одному в одну шеренгу одновременным поворотом на лево на месте. | 10 с. | Выполнять перестроения по команде учителя.Схема:  |
|  | Обеспечить функциональную готовность организма к действиям по формированию навыков техники передачи и приема мяча.Способствовать развитию быстроты и скоростных качеств применительно к игре “мини-волейбол”. | **9**.**Беговые упражнения**: I.И.п – стойка волейболиста, ускорение по диагонали.II.И.п – выпад правой ногой вперед, ускорение по диагонали. |  1р. 1р.  | Ориентировать обучающихся на дистанции и интервалы при выполнении упражнений.Cхема: |
|  | Способствовать увеличению подвижности в суставах рук и ног.Способствовать развитию координации применительно к игре “мини-волейбол”. | **10**.**Координационные упражнения**:I.И.п – о.с спиной вперёд, ускорение по диагонали.II.И.п – о.сПрыжком полный оборот 360с градусов, ускорение по диагонали.III.И.п – о.с, Перемещение приставным шагом в стойке волейболиста 1-2 правым боком,3-4 левым боком.IV.И.п – о.сПеремещение по диагонали правым боком, вдоль сетки с имитацией передачи мяча двумя руками сверху левым боком.V.И.п – о.сПодскоки с продвижением вперед махом рук снизу вверх.  |  1р. 1р. 1р. 1р. 1р. | Выполнять поворот через левое плечоПри ускорении слегка наклонить туловище впередПри ускорении согнуть руки в локтевом суставе и выполнять поочерёдные движения вперёд назадПри перемещении согнуть руки в локтевом суставе, поставить на уровне груди, ладонь вперёд пальцы врозь.Сгибать разгибать руки в локтевом суставе, ладонь вверх пальцы врозь.Акцентировать внимание обучающихся на выполнении упражнений с максимальной амплитудой движенийCхема: |
| **Ос Основная часть 28-29 мин.** | Организовать обучающихся к выполнению техники передачи и приёму мяча.Формировать навык техники передачи мяча двумя руками сверху.(1-3,7) | **11**.**Перестроение** из одной шеренги в колонну по одному одновременным поворотом на право.**11**.**Перестроение** из колонны по одному в колонну по два одновременным поворотом на лево в движении.**12**.**Перестроение** из двух колонн в две шеренги одновременным поворотом на право.**13**. **Упражнения** на овладение верхней передачи мяча двумя руками сверху“Положение кистей рук при приёме мяча”1. И.п –о.с мяч в рукахПодбросить мяч снизу, невысоко над головой поставить руки, поймать мяч.”Приём передача мяча сверху”2.И.п – о.с мяч в руках Подбросить мяч, отбить вверх, поймать. |  4р 4р 1мин. | Выполнять перестроения по команде учителя.Ориентировать обучающихся на размыкание на дистанции и интервалы в три шагаCхема:Выполнять упражнения по распоряжению учителя используя фронтальный (1- 5), групповой (6-7) метод организации деятельности обучающихся.Приём мяча двумя руками осуществлять “ковшом” пальцы рук врозь большой и указательный палец правой и левой руки соединить вместеПодбрасывать мяч точно над головойПри приёме мяча слегка согнуть ноги в коленном суставе |
|  | Формировать навык техники приёма мяча двумя руками снизу.(4-6). | 3.И.п – сед ноги врозь.Партнёр набрасывает мяч, сидящий отбивает верхней передачей, партнёр ловит.**14**.**Упражнения** на овладение приёма мяча двумя руками снизу4. И.п. – о.сПрием мяча снизу, мяч набрасывает партнер, принимающий передаёт мяч обратно.5. И.п – о.сПередача мяча двумя руками снизу над собой.**15**.**Перестроение** из двух шеренг в четыре, расчетом на1-2,одновременным поворотом на право на месте.6.И.п – о.с передача мяча двумя руками снизу от стены.7. И.п – о.сПередача мяча двумя руками сверху от стены |  3р 30с. 4р. 6р. 11-12мин. 8р | При приёме мяча слегка согнуть рукиВыталкивая мяч вверх, выпрямить руки.Приём мяча снизу осуществлять прямыми руками, наложив правую ладонь на левую, большой палец левой руки прижимать к пальцам правой руки. Обе кисти отогнуть, в приёме мяча они не участвуют.Колоннам справа передать 6 мячей колоннам в лево.Перемещаться в стойке держать руки правильно.Внимание класс! До направляющих сомкнись!Схема: |
|  | Формировать навык техники игры “мини-волейбол”Способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, трудолюбия, чувства коллективизма.Способствовать воспитанию волевых качеств (смелости и решительности).Содействовать усвоению обучающимися знаний о правилах игры в мини-волейбол. | **16. Игра “Мини-волейбол”** | 17-18 мин | Использовать ранее изученные элементы игры в “мини-волейбол” (подачи, приемы, передачи мяча). Метод организации обучающихся групповойОсуществлять переход по зонам по часовой стрелке.Принимать мяч, ставя правильно руки.Находится в стойке волейболиста.Выполнять подачу из-за лицевой линии и на расстоянии (5-7 м)от середины зала.Схема: 2 22222234 222 3 5 6 1 Зона подачи1,2,3,4,5,6-номера зонплощадки |
| **Заключительная часть 2-3 мин.** | Содействовать осмыслению обучающимися результативной учебно- познавательной деятельности. | **17.Построение в одну шеренгу:**Подведение итогов урока.-выявление мнений обучающихся о результативности их деятельности-обобщение высказываний обучающихся-оценка степени решения задач.-выделение лучших обучающихся.**18.Перестроение** из одной шеренги в колонну по одному одновременным поворотом на правоОрганизованный выход из зала. | 30 с. 1-1,5 мин. 30-45 с.  | Класс в одну шеренгу становись!Ровняйсь! Смирно!Стимулировать обучающихся к самоанализу результативности собственной деятельности на занятии.До свидания 5б классСхема: |