

Место работы МОУ «Тырновская СОШ»

Ф. И. О. педагога: Рыбалкина Татьяна Александровна

Предмет: физическая культура

Класс: 5

Тип урока: обучающий

Дата проведения: 09.04.2015 год.

Раздел: волейбол

Цель урока: сформировать у обучающихся знания и навыки игры в волейбол.

Тема:

1. Перемещения в стойке игрока.
2. Совершенствование техники приема мяча двумя руками снизу.
3. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками сверху.
4. Взаимодействие со сверстниками в процессе игры: "Пионербол"

Задачи:

- 1. образовательная:** формирование у учащихся координационных и кондиционных способностей.
- 2. воспитательная:** комплексно развивать координацию, силу, скорость, выносливость; содействовать формированию чувства ответственности, коллективизма, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями, развивать интеллект.
- 3. оздоровительная:** содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

Тип урока по целеполаганию: образовательно – тренировочный, образовательно-познавательный.

Планируемые результаты:

➤ **Личностные**

1. Формировать самооценку и личностное самоопределение к видам деятельности.
2. Формировать умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.
3. Развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям.

➤ **Предметные**

1. Формировать умение общаться со сверстниками в соревновательной деятельности.
2. Развивать умение осознанно и произвольно строить речевые высказывания в устной форме.

➤ **Метапредметные**

1. Совершенствовать технику передачи мяча сверху, приема мяча снизу; технику нижней прямой подачи.
2. Закреплять понятие физических качеств: ловкость, быстрота, выносливость.
3. Укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.

Организация пространства: спортивный зал.

Правила работы на уроке: Правила поведения в спортивном зале при игре в волейбол.

Основные термины и понятия темы: Передача мяча двумя руками сверху, прием мяча снизу двумя руками, стойка волейболиста, перемещения.

Используемые виды оценивания: Зона ближайших достижений.

Межпредметные связи: Анатомия

Формы работы Фронтальная, групповая, в парах

Фрагменты: Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия с волейбольным мячом для комплексного развития физических способностей. Коррекция - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

- Коррекция - адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению ошибок.
- Целеполагание - преобразовать познавательную задачу в практическую.
- Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов волейбола.
- Общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач.
- Информационные - искать и выделять необходимую информацию из различных источников в игре волейбол.
- Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий.
- Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения работы одноклассников с элементами волейбола.

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Организационно-методические указания	Деятельность учащегося			
			Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6	7
<p><u>Подготовительный (12 минут)</u></p> <p>1. Построение учащихся в одну шеренгу. Обмен приветствиями.</p> <p>2. Сообщение задач урока.</p> <p>3. Ходьба в колонне по одному в обход по залу, с</p>	<p>Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок.</p> <p>Обеспечить начальную организацию и психологическую готовность учащихся к уроку.</p> <p>Создать целевую установку на достижение результатов.</p> <p>Содействовать активизации внимания и организованности учащихся.</p> <p>Содействовать общему разогреванию и постепенному</p>	<p>Сконцентрировать внимание. Проверить спортивную форму.</p> <p>Выполнение учащимися согласованности действий, быстроты и четкости команд.</p> <p>Обеспечить доступность понимания формулировок.</p> <p>Следить за соблюдением дистанции и строя.</p>	<p>Формирование интереса</p> <p>Установить роль разминки при подготовке работы с волейбольными мячами</p> <p>Умение выполнять физические упражнения для развития мышц</p> <p>Правильное выполнение задания</p> <p>Безопасное поведение во время выполнения задания</p>	<p>Сознательное выполнение определенных упражнений.</p> <p>Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп</p> <p>Выполняют команды учителя, контролируют свои действия согласно инструкции учителя</p>	<p>Весь класс во фронтальном режиме слушает учителя</p> <p>Планировать путь достижения цели, ставить познавательные задачи.</p> <p>Произвольно строим речевое проговаривание упражнений за учителем при проведении разминки</p>	<p>Ведут обсуждение по заданной теме, вступают в диалог с учителем и одноклассниками.</p> <p>Обсудить ход предстоящей разминки</p> <p>Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки как со сверстниками при работе, так и с учителем</p>

<p>размыканием на дистанцию в 2 шага.</p> <p>4. Упражнения в движении шагом: Упр.1. Ходьба с перекатом с пятки на носок, руки на поясе.</p> <p>5. Бег в колонне по одному, в обход по залу в умеренном равномерном темпе с сохранением дистанции в 2 шага.</p> <p>- «Змейкой»;</p> <p>6. Специальные прыжковые упражнения.</p> <p>-с захлестыванием голени;</p> <p>-с высоким подниманием бедра;</p> <p>-с прямыми ногами в стороны;</p> <p>-с прямыми ногами назад;</p> <p>ОРУ в движении:</p> <p>1.- и.п.- руки перед грудью в замок.</p> <p>1- руки вперед;</p>	<p>втягиванию организма в работу.</p> <p>Содействовать увеличению подвижности в голеностопных суставах ног и плечевых суставах рук.</p> <p>Активизировать работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма.</p> <p>Организовать учащихся для выполнения</p>	<p>Обратить внимание на сохранение правильной осанки.</p> <p>Обратить внимание на необходимость самоконтроля за техникой бега и бегового шага.</p> <p>Все упражнения разминки выполнять по 8</p>				
---	--	--	--	--	--	--

<p>1-4- четыре круговых движения рук вперед 5-8 –назад.</p> <p>Ходьба в заданном темпе, с последующим перестроением из колонны по одному в колонну два через центр зала поворотом в движении с переходом в ходьбу на месте, остановкой и уточнением дистанции. Перестроение в две шеренги.</p> <p>7.Общеразвивающие упражнения на месте.</p> <p>7.1.И.п. – руки в замок за голову. 1-2 наклоны влево. 3 – 4 – вправо.</p> <p>7.2 И.п.-то же 1-наклон назад 2-4 вперед.</p> <p>7.3-И.п.-сед на левую ногу 1-2 выпад влево 3-4 –вправо;</p>	<p>правильной осанки.</p> <p>Воздействовать на увеличение эластичности мышечной ткани ног</p> <p>Способствовать подготовке мышц туловища к пред. работе.</p>	<p>Выполнять под счет и по команде учителя. Контроль учителя.</p> <p>Наклон выполнять точно в сторону, ноги в коленных суставах не сгибать.</p> <p>Следить за правильным положением тела, за исполнением под счет.</p> <p>Выполнять с большой</p>				
--	--	---	--	--	--	--

<p>7.4 И. п. –упор лежа 1-2- пружинистые выпады левой 3-4 –правой;</p> <p>7.5 И.п –лежа на животе 4 раза прогибания вверх, руки вперед;</p> <p>7.6 -пор стоя наклон вперед.</p> <p>7.6 Прыжки на месте -8 раз</p>	<p>Воздействовать на увеличение эластичности мышечной ткани ног, спины.</p>	<p>амплитудой, ноги в коленном суставе не сгибать.</p> <p>Упражнение выполнять с большой амплитудой. Голову не опускать, смотреть вперед.</p> <p>При выполнении упражнения ноги не сгибать, руками стараться достать пола. Принимать положение правильной осанки в исходном и конечном положениях.</p>				
<p>Основной (28 минут) 1 часть (23 минуты) Подводящие упражнения. -Броски мяча из-за головы двумя руками; -То же в прыжке; -Броски с отскоком от пола; -То же в прыжке; -Боковые броски; -Удары по мячу.</p>	<p>При выполнении упражнений организуем анализ правильности выполнения упражнений партнером.</p> <p>Видеоррезентация</p>	<p>Напомнить о технике безопасности при игре мячами.</p> <p>Добиваться большей сосредоточенности и внимания при передачах. Обратить на положение ног – ноги ставить на ширине плеч.</p> <p>Напомнить технику передачи сверху. Обратить внимание на постановку</p>	<p>Построение в две шеренги. Соблюдение правил выполнения заданного двигательного действия, проявление дисциплинированности. Повторяют за педагогом и запоминают.</p>	<p>Умение регулировать свои действия, взаимодействовать в группе. Осуществляют самоконтроль за состоянием своего организма. Принимать инструкцию учителя, четко ей следовать. Осуществлять контроль. Оценивать выполнение</p>	<p>Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов и соединении их в целое Определить эффективную модель Умение анализировать, выделять и формулировать задачи</p>	<p>Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий Развиваем умение выразить свою мысль по поводу освоения технических приемов и тактических действий одноклассниками Уметь договариваться в совместной деятельности</p>

<p>Передача мяча сверху -передача мяча в парах стоя с задержкой мяча; -передача сверху с приседаниями; --передача мяча в парах сидя; Игра «Кто лучше» - передача мяча над собой-10 раз, напарник выполняет приседание с прыжком.</p> <p>Передача мяча снизу -набрасывание мяча, прием мяча снизу и возвращает мячи подающим. -передача мяча в парах.</p> <p>Игровой задание «Передать садись».</p>	<p>«Передача мяча сверху» Рассказ и показ техники приема мяча сверху. Проведение краткого инструктажа, руководство работой, коррекция действий (по мере необходимости).</p> <p><u>Видеопрезентация «Передача мяча снизу».</u> Разбор техники приема. Предложить учащимся разобрать технику. <i>Подчеркнуть, что каждый правильно выполненный технический прием это уже победа.</i></p> <p>Стимулировать учащихся к самоанализу и результативности собственной деятельности на уроке.</p>	<p>стопы, ноги слегка согнуты. Руки согнуты в локтевых суставах, кисти на уровне пояса.</p> <p>При приеме мяча снизу туловище вертикально или слегка наклонено вперед, прямые руки опущены вперед – вниз, локти сближены, кисти вместе. Мяч принимается на предплечья ближе к кистям рук. Слегка напряженные прямые руки не быстрым движением в плечевых суставах поднимаются на встречу мячу; Но и в момент приема выпрямляются и</p>	<p>Владеть известными современному волейболу приемам и игры и уметь осуществлять их в разных условиях Оценивают правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения Положительное отношение к занятиям двигательной деятельностью Внимательно относится к собственным переживаниям при допущении ошибок Развитие координационных способностей в сложных двигательных действиях Постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую</p>	<p>двигательных действий согласно поставленным задачам. Сохранять учебную цель и задачу; осуществлять самоконтроль правильности выполнения упражнения. Осуществлять самоконтроль, выявлять отклонения от эталона.</p> <p><i>Целеполагание</i> - преобразовать познавательную задачу в</p>	<p>Владения знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовки в соответствии с возрастным нормативом Владеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, и выполнять их с наибольшим эффектом Умение выделять необходимую информацию Осуществлять актуализацию полученных ранее знаний, основываясь, в том числе, и на жизненном опыте. Анализ полученной информации Умение сосредоточиться</p>	<p>ности, взаимодействовать со сверстниками. Находят адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности. Формирование умения работать в группе; договариваться; контролировать действия партнера Умение заметить достоинства и недостатки своего исполнения движений Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи Внимательное отношение к собственным</p>
---	--	--	--	---	--	--

<p>2 часть (5 минут) Игра «Пионербол». Выполнить расстановку.</p>	<p>Видеопрезентация «Разминка перед игрой в волейбол». Объяснить правила игры.</p>	<p>туловище поднимает-ся. Полезно после приема мяча выполнять некоторое сопровождение мяча руками: это позволит лучше усвоить движение; приняв мяч, точно адресовать его партнерам. Обратить внимание, на то, что после передачи руки выполняют сопровождающее мяч движение вперед. Сосредоточить внимание на технике выполнения передачи в целом, на согласованности движений ног, туловища и рук.</p>	<p>согласованность их выполнения Развитие доброжелательного отношения к учителю и товарищам; Развитие трудолюбия и ответственности за качество своей и коллективной деятельности. Активное включение в выполнение двигательного действия; взаимодействие со сверстниками; Развитие внимания.</p>	<p>практическую.</p>	<p>для достижения цели</p>	<p>переживаниям и переживаниям соперников</p>
--	---	--	--	----------------------	----------------------------	---

<p><u>Заключительный-рефлексия</u> (5мин ут)</p> <p>1. Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия, домашнее задание</p> <p>Учитель задает вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - что нового узнали на уроке? - оцените свою работу на уроке. - как вы понимаете, что такое рациональное питание школьников? <p>Напомнить фразу «В здоровом теле - здоровый дух».</p> <p>Помочь сделать вывод, что здоровье тела зависит и от питания, а здоровье духа - от здоровья тела (человек - есть то, что он ест).</p> <p>Составьте памятку для детей и родителей «Меню</p>	<p>Восстанавливаем пульс, дыхание. Проверяем степень усвоения обучающимися.</p> <p>- У вас все получилось, вы молодцы!</p> <p>Но нам есть, к чему стремиться, чтобы быть сильными, здоровыми, ловкими. Ставим УЗ на дом</p> <p>Для того, чтобы сохранять и укреплять здоровье, необходимо знать, как работает организм. Важно соблюдать правила питания, тогда пищеварительная система будет хорошо работать!</p>		<p>Определить собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке.</p> <p>Осознать необходимость домашнего задания</p>	<p>Условия, необходимые для достижения поставленной цели</p> <p>Определить смысл поставленной на уроке УЗ</p> <p>Оценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя</p> <p>Обеспечивать социальную компетентность и учет позиции других людей.</p>	<p>Формируем умение выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ</p> <p>Обсуждают работу на уроке. Повторяют новые полученные знания на уроке.</p> <p>Оценивают свою деятельность.</p>	<p>Обеспечиваем социальную компетентность и учет позиции других людей</p> <p>Отвечают на вопросы учителя, слушают докладчиков, активно участвуют в пении</p> <p>коммуникативной деятельности, выражают свое мнение об итогах работы на уроке</p>
---	---	--	--	---	--	--

моей семьи».						
1	2		3	4	5	6