

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа №2 муниципального образования  
Темрюкский район**

## **Технологическая карта урока физической культуры**

**ТЕМА:**

**«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ  
(ВОЛЕЙБОЛ)»**

**Разработал:  
учитель  
физической культуры  
Вервейн Е.А.**

**Г. Темрюк  
2022 г.**



## Технологическая карта урока физической культуры

<b>Предмет</b>	Волейбол
<b>Класс</b>	6
<b>Тема занятия</b>	«Волейбол. Совершенствование и учёт выполнения ранее изученных технических приёмов волейбола».
<b>Дата проведения</b>	
<b>Цель деятельности учителя</b>	Развить интерес детей к спортивной игре волейбол и здоровому образу жизни на основе подвижных игр.
<b>Тип занятия</b>	комбинированный
<b>Планируемые образовательные результаты</b>	<p><b>Личностные:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.</li> <li>2. Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, (нравственно-этическая ориентация, личностные УУД).</li> <li>3. Способность к самооценке на основе критерия успешности.</li> </ol> <p><b>Метапредметные:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формировать умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих (коммуникативное УУД).</li> <li>2. Развивать умения выделять и формулировать то, что усвоено, определять качество и уровень усвоения знаний (регулятивное УУД).</li> <li>3. Развивать умение вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок (регулятивное УУД).</li> <li>4. Развивать умения выполнять связки на высоком качественном уровне (познавательные УУД).</li> </ol> <p><b>Предметные:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать передачу мяча сверху, передачу и приём мяча снизу двумя руками.</li> <li>2. Закрепить выполнение прямого нападающего удара.</li> <li>3. Укрепить здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных, силовых способностей.</li> </ol>
<b>Образовательные технологии</b>	Здоровьесберегательная, игровая
<b>Методы и формы обучения</b>	Методы: объяснительно- практический Формы: групповая, фронтальная, поточная
<b>Инвентарь</b>	Свисток , мячи, стойки, волейбольная сетка, оборудование для проигрывания музыки
<b>Основные понятия</b>	Ловкость, сила, координация, смелость
<b>Место проведения</b>	Спортивный зал

## Организационная структура урока

Этап урока	Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения	Деятельность учителя	Деятельность ученика	Формы организации взаимодействия	Формируемые УУД
<p><b>1.Мотивация к учебной деятельности</b> Вход в спортивный зал, построение в шеренгу, приветствие, расчёт по порядку.</p> <p>Повторить технику безопасности в игровой форме.</p>	<p>Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала</p>	<p>Приветствует обучающихся, проверяет готовность к уроку. «В одну шеренгу становись!» «Равняйся!», «Смирно!» Здравствуйте, ребята, меня зовут Евгений Александрович, сегодня я у вас проведу тренировку по волейболу. Но перед началом занятия давайте в игровой форме вспомним правила техники безопасности. Игра называется «Верно - неверно». Я буду вам бросать мяч, если ответ правильный, то вы его ловите, если нет, то отбрасываете:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Во время занятия необходимо следить за своим самочувствием.</li> <li>- Строго выполнять команды учителя</li> <li>- На занятии можно кушать конфеты, жвачки.</li> <li>-Необходимо соблюдать дистанцию в строю и при выполнении упражнений.</li> <li>- Можно кричать и драться.</li> <li>- Спешить во время выполнения упражнений.</li> <li>-Запрещается толкаться, ставить подножки друг другу.</li> </ul> <p>А какие еще правила вы знаете? Молодцы!</p> <p>Ознакомить учащихся с целью и задачами занятия. Ребята, а вы знаете, какое спортивное событие люди всего мира ждут каждые 4 года летом? Правильно, в 2024 году в г.Париже должны пройти XXXIII летние Олимпийские игры, где спортсмены соревнуются в таких видах спорта как волейбол, баскетбол, футбол и др.</p>	<p>Приветствуют учителя, проверяют свою готовность, настраиваются на занятие.</p> <p>Отвечают на вопросы в игровой форме. Отбрасывают мяч при следующих ситуациях:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- На уроке можно кушать конфеты, жвачки, нужно громко чавкать.</li> <li>- Спешить во время выполнения упражнений.</li> <li>- Можно кричать и драться.</li> </ul> <p>Вспоминают спортивные события.</p>	<p>Фронтальная</p>	<p>Коммуникативные: - умение слушать Личностные: - ценностно-нравственная ориентация (настройка на работу, установление доброжелательных отношений в коллективе, контакта с классом).</p>

		<p>Как вы думаете, что объединяет эти игры? Правильно, в каждой игре участники взаимодействуют с мячом. И мы сегодня будем тренировать ловкость и умение владеть мячом как настоящие Олимпийцы! Не забывайте о технике безопасности во время игр.</p>	Обозначают цель урока.		
<b>2. Разминка</b>	Воспроизведение ранее изученных упражнений	<p><b>Вопрос.</b> Ребята, какие элементы волейбола вы знаете? -Молодцы, ребята. - Сегодня мы будем с вами совершенствовать передачу мяча сверху, прием и передачу снизу двумя руками, отработаем прямой нападающий удар. А для того чтобы нам быть активными, подвижными и не получить травмы, необходимо размяться. <i>Звучит бодрящая современная музыка, призывающая к активной деятельности</i></p> <p>Направо! Налево в обход шагом – Марш! «На 1-2 рассчитайсь!» «В две колонны стройся!» Проведение общих развивающих упражнений с мячом Предлагает упражнения, подготавливающие запястные, коленные и голеностопные суставы к работе. Во время движения учащихся по кругу учитель находится в кругу или движется чуть впереди колонны, объясняя положение рук и показывая упражнения. Во время ходьбы и бега призывает следить за осанкой, соблюдением дистанции, правильным дыханием, техничным выполнением упражнений в движении.</p> <p>Подает сигнал к смене ходьбы и бега голосом.</p>	<p>Слушают вопросы учителя, отвечают, выполняют задания учителя.</p> <p><b>Разновидности ходьбы и бега (приложение 1)</b> Построение в шеренгу. Перестроение в 2 колонны <b>ОРУ (приложение 2)</b></p>	Фронтальная	<p><b>Личностные:</b> Установить роль разминки при подготовке организма к основной части занятия. Уточнить влияние разминки на организм и готовность к работе. Регулятивные: Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Коммуникативные: Обсудить ход предстоящей разминки. <b>Познавательные:</b> извлекают необходимую информацию из рассказа учителя, из собственного опыта.</p>
<b>3. Основная часть (актуализация знаний, совершенствование техники приёма-передачи мяча двумя руками, прямого нападающего удара)</b>	Раскрытие сущности новых игровых моментов, усвоение новых способов учебной деятельности учащихся.	<p>Проверяет знание теории.</p> <p>Показывает правильное выполнение упражнения. Контролирует выполнение упражнений, обращает внимание обучающихся на ошибки, своевременно исправляет их.</p> <p>Обращает внимание на стойку волейболиста и положение рук при передаче мяча. Руки в плечевом суставе разгибаются полностью, пальцы и кисти рук как можно дольше сопровождают мяч.</p>	<p>Актуализация полученных ранее знаний о передаче и приеме мяча двумя руками, прямом нападающем ударе. <b>Выполняют упражнения по совершенствованию передачи мяча сверху, передачи и приема мяча снизу двумя руками (в парах), по совершенствованию прямого нападающего удара (в тройках) через сетку.</b> Меняются ролями поочередно. Акцентируют внимание на движении руки, положении</p>	Групповая, фронтальная	<p><b>Личностные:</b> осознают свои трудности и стремятся к их преодолению; проявляют способность к самооценке своих действий, поступков</p> <p><b>Познавательные:</b> понимают причины успеха и неуспеха учебной деятельности конструктивно действуют даже в ситуациях неуспеха.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умеют <i>владеть</i> способами взаимодействия с</p>

		<p>Обращает внимание на то, что при приёме мяча руки вытянуты вперед, напряжены, кисти соединены вместе, ноги согнуты в коленях, туловище слегка наклонено вперед. Встречное движение сначала начинают ноги, выпрямляясь в коленях, руки позже. Удар по мячу выполняется предплечьем. Ноги после передачи выпрямляются, руки вытягиваются в направлении передачи. Обратить внимание на работу ног.</p> <p>Показывает и поясняет, что для прыжка вверх выполняется 2-3 шаговый разбег. Последний шаг самый большой и быстрый шаг. Одну ногу выносят вперед на пятку – стопорящее движение. Другую ногу подставляют так, чтобы стопы находились на одном уровне. В прыжке одновременно со взлетом делается замах правой рукой вверх-назад. Во время удара кисть накладывается на мяч сверху-сбоку. При ударе рука выпрямляется в локтевом суставе. После удара приземление, сгибая ноги. Выявляет типичные ошибки, корректирует их.</p> <p>Судит игру, корректирует ошибки.</p>	<p>кисти на мяче, добиваются хлесткого удара расслабленной кистью.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбросить мяч над собой, поймать с движением вперед-вверх 3 раза, на 4 передать мяч партнёру. <ul style="list-style-type: none"> <li>– приём, передача мяча сверху.</li> </ul> </li> <li>- то же с перемещением влево, вправо приставными шагами.</li> <li>- подбросить мяч партнёру для приема двумя руками снизу.</li> <li>- один партнер выполняет верхнюю передачу мяча, а другой прием двумя руками.</li> <li>– приём передача мяча снизу двумя руками.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бросок мяча двумя руками через сетку в прыжке с 2-3 шагов разбега.</li> <li>- то же, но бросок правой (левой) рукой.</li> <li>-один выполняет нападающий удар без прыжка с собственного подбрасывания, партнёр принимает.</li> <li>- то же, но с двух - трёх шагов разбега.</li> <li>- партнер делает верхнюю передачу над сеткой, другой производит удар.</li> <li>- партнер делает передачу сверху из 3 зоны во 2 или 4, другой производит удар по мячу.</li> <li>- прием мяча с подачи, первая передача в зону 3, вторая во 2 или 4 – нападающий удар или передача в прыжке (работа в тройках).</li> </ul> <p>Учебная игра в волейбол. Применение ранее изученных приёмов.</p>		<p>окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следят за безопасностью друг друга.</p> <p><i>Познавательные:</i> совершенствуют навыки в выполнении упражнений.</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко ей следуют; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.</p> <p><i>Регулятивные:</i> действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают судейство учителя.</p>
--	--	---	---	--	---

<p><b>4. Рефлексия</b></p>	<p>Заключительная беседа по вопросам</p>	<p>Организует рефлексию. Наше занятие подошло к концу. Давайте подведем итоги. А для этого прошу вас продолжить фразу: «Сегодня на занятии...» Молодцы! Выполнили мы поставленные цели? Что нового вы узнали на сегодняшнем занятии? Поделитесь своими впечатлениями.</p>	<p>Определяют свое эмоциональное состояние.  Отвечают на вопросы учителя.</p>	<p>Фронтальная</p>	<p>Регулятивные: оценка – выделение и осознание обучающимися того, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения; оценка процесса и результата деятельности. Личностные: самооценка на основе успешности; адекватное понимание причин успеха/неуспеха в учебной деятельности.</p>
	<p>Подведение итогов</p>	<p>Комментарий результатов деятельности. Ребята, как вы думаете, если выполнять физические упражнения каждый день, то наше тело станет крепче? Правильно, если регулярно заниматься спортом, то наш организм становится крепче, у нас появляются новые навыки, которые пригодятся в жизни, а также появляется устойчивость к различным болезням и вирусам.  Вручает медали каждому ученику за активное участие в занятии и стремление к достижению поставленных целей.</p> <div data-bbox="824 826 994 1056" data-label="Image"> </div> <p>Д/З. Выполнение упражнения с мячом, скакалкой.</p>	<p>Отвечают на вопросы  Организованный уход из зала.</p>		

## РАЗНОВИДНОСТИ ХОДЬБЫ И БЕГА

1. Ходьба по залу с заданиями на осанку, с изменением положения рук:

- на носках;
- на пятках;
- перекат с пятки на носок;
- круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в сочетании с различными перемещениями;
- круговые движения прямыми и согнутыми руками вперед, назад;
- круговые движения плечами;
- повороты в движении;
- приставные шаги;
- скрестный шаг;
- ходьба с переходом на медленный бег.

2. Бег вдоль границ площадки:

- боком вперед (правым, левым);
- спиной вперед;
- быстрое передвижение на согнутых ногах;
- подскоки;
- челночный бег;
- р на поясе, подскоки на одной ноге со сменой ног.

3. Ходьба, восстановление дыхания.

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ

№	Содержание	дозировка	ОМУ
1	И.П. – О.С 1-подняться на носки, руки вверх - прогнуться 2 И.П. 3-4 то же	4-6	Больше прогнуться, посмотреть вверх
2	И.П. – ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1-4 круговые вращения рук вперед 5-8 то же назад	4-6	Выше поднимать локти, взгляд вперед
3	И.П. - ноги на ширине плеч, руки на пояс 1-4 пружинящие повороты вправо 5-8 то же влево	4-6	Глубже поворот, смотреть в сторону поворота
4	И.П – широкая стойка, руки внизу упр. «Мельница»	4-6	Глубже присед, пятки не отрывать от пола
5	И.П. – ноги вместе, руки на пояс 1-4 вращение тазобедренным суставом 5-8 то же в другую сторону		
6	И.П. – О.С	4-6	Ноги в коленях не сгибать

	1-присед, руки вперед 2 – И.П. 3-4 то же		
7	И.П. – О.С 1-4 пружинящий выпад правой ногой вперед 5-8 то же с левой	4-6	Глубже выпад
8	И.П. – О.С 1-4 прыжки на правой 5-8 то же на левой	4-6	Спину держать прямо
9	Упражнение «Лягушка»	8-10	Взмах рук, полное выпрыгивание



## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол» Ю.Д. Железняк, В.В. Костюков, А.В. Чачин Москва, 2016
2. Беляев А.В. Волейбол: теория и методика тренировки - м.: твт дивизион, 2011.
3. Железняк Ю.Д. Юный волейболист: учеб. пособие для тренеров /Ю.Д. Железняк. – М.: физкультура и спорт, 1988.
4. Железняк Ю.Д. Теория и методика спортивных игр. Учебник для Вузов физической культуры /– м.: издательский центр «академия», 2014.
5. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов высших пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков. – 6-е изд. стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2010б. Официальный интернет-сайт Всероссийской федерации волейбола [электронный ресурс] (<http://www.vfv.ru>).