Федеральное государственно казённое общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 162»

**Технологическая карта урока физической культуры по теме «Передача двумя руками сверху над собой»**

9 класс.

Подготовила: учитель физической культуры

Гаврилова Ю.В.

Хабаровск -47

2018 г.

**Технологическая карта**

**по физической культуре в 9 классе**

**Дата проведения:** 03.02.2018 г.

**Раздел программы:** Спортивные игры. Волейбол.

**Тема урока:** Передача двумя руками сверху над собой

**Задачи урока:**

***предметные:***

* Совершенствовать технику верхней передачи и приёма мяча снизу и сверху двумя руками, сформировать навыки владения техники волейбола.
* Совершенствовать способы и виды перемещений на площадке.

***метапредметные:***

* Развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.
* Формировать умение общаться со сверстниками в игровой деятельности.

***личностные:***

* Воспитывать нравственные, интеллектуальные, волевые качества.
* Воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.

**Тип урока:**  *.* урок отработки умений и рефлексии

**Метод проведения:** Фронтальный, индивидуальный, поточный, групповой, игровой

**Место проведения:** спортивный зал ФГКОУ СОШ№162.

**Материально-техническое обеспечение:** волейбольные мячи, свисток.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Вводно-подготовительная часть.**  **Цель:** обеспечить психологическую и морфофункциональную готовность учащихся к решению задач основной части урока и достижению её целевой установки.  **1.1. Организационный момент – 3 минуты**  **Задачи:**  1. Начальная организация обучающихся.  2. Создание целевой установки на уроке.  3. Обеспечение внимания, дисциплины, собранности.  4. Регулирование эмоционального состояния, создание благоприятных психических и эмоциональных условий взаимодействия учителя и учащихся.  5. Психологическая настройка на предстоящую работу. | | | | | | | | |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** | | **Дозировка** | | | **ОМУ** | | **УУД** |
| Организует построение, проверяет готовность учащихся к уроку (соответствующая форма одежды), ставит задачи, раскрывает содержание урока. | Строятся в одну шеренгу, физорг класса сдает рапорт о готовности класса к уроку. Внимательно слушают, задают вопросы. | | 1 мин. | | | Строевая стойка: пятки вместе, носки врозь, подбородок приподнят, видеть грудь 4 человека, правое ухо чуть выше левого. | | **Регулятивные УУД:**  Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;  Выполнять строевые команды, контролировать свои действия согласно инструкции. |
| Задаваемые учителем вопросы.  ***Какой вид спорта раздела спортивные игры мы с вами изучаем?***  ***В какой стране зародился Волейбол***  ***Какие технические элементы включает в себя волейбол?***  ***Какие виды передач вы знаете?***  ***С какой передачей мы с вами уже работали?***  ***Над каким приёмом мы будем работать на уроке?***  (Демонстрация верхней передачи учителем).  ***Давайте сформулируем цели на урок?***  Сегодня на уроке мы будем совершенствовать свои знания в технике верхней передачи и приёма мяча. | Волейбол  США (штат Масачусетц)  Передачи, подачи, нападающий удар блок.  Верхние и нижние  Верхней и нижней  Верхняя передача мяча и приём мяча снизу. | | 2 мин. | | | Включить в деятельность учащихся. | | **Познавательные УУД:**  Планировать занятия физическими упражнения в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;  Излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью.  **Личностные УУД:**  Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;  Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей. |
| **1.2. Разминка -8 минут**  **Цель:** обеспечение мотивации и принятие учащимися цели учебно-познавательной деятельности, актуализация опорных знаний и умений.  **Задачи:**  1. Всесторонняя подготовка организма учащихся (центральной нервной, сердечно-сосудистой систем, вегетативных функций, опорно-двигательного аппарата).  2. Подготовка группы мышц плечевого пояса, которые будут участвовать в решении двигательных задач основной части урока.  3. Обеспечение решения специфических задач основной части урока:   * совершенствовать ЗУН в технике верхней передачи и приёма мяча снизу двумя руками; * совершенствование видов и способов перемещений; * развивать физические качества: быстроту, выносливость, координационные способности; * формирование установки учащихся на активную познавательную деятельность.   **Средства:**   * Строевые упражнения (построения, перестроения, повороты). * различного рода передвижения. * Специальные беговые и прыжковые упражнения. * Подготовительные упражнения. * Упражнения на развитие подвижности суставов, быстроты, выносливости и скоростно-силовых качеств. * Общеразвивающие упражнения в движении.   **Критерии результатов:** готовность учащихся к активной учебно-познавательной деятельности на основе опорных знаний, ЧСС. | | | | | | | | |
| **Разновидности перемещений**:  - бег лицом вперёд;  - приставными прыжками правым левым боком в стойке волейболиста;  - бег спиной вперёд.  - бег спиной вперёд приставными шагами;  -бег скрестными шагами правым левым боком  -бег толчком одной с круговыми вращениями в плечевом суставе)  -прыжками вправо-влево толчком одной  **Упражнение на внимание:**  Упражнение в игровой форме на повторение усвоенных знаний техники выполнения элементов в волейболе.  4 карточки разного цвета. Каждый цвет отвечает за выполнение одного технического элемента.  Желтый- имитация передачи сверху двумя руками;  Оранжевый- имитация приема двумя руками снизу;  Синий- имитация нападающего удара в прыжке;  Зеленый – верхняя прямая подача | Соблюдают правила передвижения. соблюдают дистанцию  Смотреть через правое плечо  Соблюдают дистанцию  Руки прямые, прыжок выполняется вверх  По звуковому и цветовому сигналу обучающиеся останавливаются и выполняют имитацию того элемента, к которому относится цвет .  При резком торможении соблюдают дистанцию  воизбежании столкновения. | | **2 мин**  1мин | | Во время проведения упражнений следить за осанкой , не ставить пятку на опору, перемещения стелющимся шагом с опорой на носок.    Следить за правильностью выполнении техники | | | **Регулятивные УУД:**  Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения  **Регулятивные УУД:**  Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их решения;  Выполнять имитационные задания , контролировать свои действия согласно правилам техники выполнения элементов.  **Личностные УУД:**  Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели |
| **Упражнения с волейбольными мячами:**  - сгибание рук в локтевых суставах (к груди и обратно);  - выпрямление рук вперед и обратно к груди;  - поднять руки вверх, согнуть локти, опустить, вернуть руки в исходное положение;  - мяч за голову, наклоны туловища влево, вправо;  - мяч за голову, наклоны туловища вперёд;  - мяч перед грудью, приседания.  **Упражнения в парах:**  Передача мяча:  - левой;  - правой;  - двумя руками сверху;  - двумя сверху в прыжке с отскоком об пол.  - выпрыгивание и передача с мячом зажатым ногами, ловля снизу партнёром |  | | 3 мин.  2 мин. | | Разминка выполняется фронтально. | | | **Познавательные УУД:**  - представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и физической подготовки человека; характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий. |
| **2. Основная часть – 27 минут**  **Цель:** обеспечение активной учебной работы учащихся для получения теоретических и практических знаний на основе учебной программы "Физическая культура 5-9 классы" в процессе урока.  **Задачи:**  1. Совершенствовать ЗУН в технике верхней и нижней передачи мяча двумя руками.  2. Развивать физические качества: быстроту, ловкость и координационные способности.  3. Воспитывать чувство товарищества, коллективизма.  **Средства:**   * различные виды нижней подачи мяча. * разнообразные виды физических упражнений, которые обеспечивают эффективное решение поставленных задач. * основные, подводящие и подготовительные упражнения общей и специальной физической подготовки. * подвижная игра.   **Критерии результативности:**   * активные действия учащихся и овладения способами действий. * правильность и точность описания выполнения упражнения, умение выполнять верхнюю и нижнюю передачу мяча двумя руками. | | | | | | | | |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** | | **Дозировка** | | **ОМУ** | | | **УУД** |
| **Индивидуальная работа с мячом.**  - верхняя передача мяча над собой  -верхняя передача мяча над собой с поочередным переходом в стойку на коленях  -приём мяча сверху над собой с поворотом на 90 градусов  **Упражнения в парах:**  Перестроить обучающихся на пары.  **Игра «Точный пас»**  - игрок №1 выполняет передачу мяча над собой, игрок№2 перемещаясь вокруг игрока №1 выполняет остановку и подает звуковой сигнал(хлопок)  Игрок №1 делает точную передачу на партнера | Отрабатывают верхнюю передачу и приём снизу над собой | | 2 мин.  3 мин  3 мин.  3 мин | | Напомнить технику приема мяча сверху  ( показ учителем)  После передачи мяча корпус развернуть на 90 градусов | | | Повторять и осваивать двигательные действия самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.  **Регулятивные УУД:**  Добиться точности полёта мяча. Рассчитывать величину усилия для достижения необходимой высоты полёта мяча  Анализировать технику исполнения учебной задачи **Коммуникативные УУД:**  Находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной деятельности.  **Личностные УУД:**  Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенствовании  **Коммуникативные УУД:**   * формируем умение слушать и понимать других. * умение работать в паре и группе.   Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении игры со сверстниками. |
| **Взаимодействие в группах:**  Перестроить обучающихся на 2группыв колоннц по одному.    **1** №1 выполняет передачу над собой, передачу в стену и перемещается в конец колонны, №2 точный выход под мяч, передача над собой двумя руками сверху, передача в стену и т.д  (тоже упражнение с ведением счета количества выполненных передач стену командой) | какая из команд сделает больше волейбольных передач и не уронит мяч  задача обучающихся не прерывать цепочку | | 3 мин  3мин  4 мин. | | Расстояние между учащимися 2метра.  Показ учащимися  Следить за тем. Чтобы ноги были в стойке не прямые. Игрок должен быть всегда под мячом  Задание выполняется на время (1 мин) и количесво выполненных передач  Правильный выход под мяч  Следить за тем. Чтобы ноги были в стойке не прямые.  Правильный выход под мяч  Точная доводка мяча | | |
| №1 №5  №6    №2 №4  ***Смена игроков***  **2** Передача из зоны №1 в зону №2, из зоны №2 в зону №6, из №6 в зону №4, из зоны №4 в зону №5. После каждой передачи игроки перебегают в ту зону, в которую делали передачу |
| Нижняя прямая подача мяча через сетку. Игра «Точно в цель» | Осуществляют подачу через сетку. | | 6 мин. | | Следить за техникой исполнения. | | | **Познавательные УУД:**  Уметь применять полученные знания в игровых ситуациях |
| **3. Заключительная часть – 6 мин**  **Цель:** приведение организма в оптимальное для последующей деятельности функциональное состояние и создание установки на эту деятельность, постепенное снижение функциональной активности организма и приведение его в относительно спокойное состояние.  **Задачи:**  1. Снижение физиологического возбуждения и излишнего напряжения отдельных групп мышц.  2 постепенное приведение организма обучающихся в относительно спокойное состояние (снятие физической и физиологической напряженности).  3. Снижение активности сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системы до нормы.  4. Подведение итогов учебной деятельности, с оценкой учителя и самооценкой результатов деятельности обучающихся.  5. Организованное завершение занятия.  **Средства:**   * Строевые упражнения. * Упражнения на расслабление мышц. * Игровые задания на внимание и на координацию. | | | | | | | | |
| **Деятельность учителя** | | **Деятельность обучающихся** | | **Дозировка** | | | **ОМУ** | **УУД** |
| Организует построение учащихся. | | Строятся в одну шеренгу. | | 1 мин. | | |  | **Регулятивные УУД:**  Умение управлять своими эмоциями |
| Проводит упражнения на восстановление и расслабление организма. | | Выполнение упражнений на восстановление дыхания:  1. И.П. - о.с., руки в стороны - вверх.  1-3 - полунаклон вперед, спина круглая, руки вперед - вниз - выдох;  4-5 пауза;  6-8 вдох. вернуться в и.п.  2. И.П. - о.с, руки на пояс.  1-2 - голову вниз, локти вперед - выдох;  3-4 - поднять голову, отвести локти назад - вдох.  Выполнить 3-4 раза. | | 1 мин. | | | Строго соблюдать методические рекомендации по выполнению упражнений на восстановление дыхания. | **Познавательные УУД:**  - представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и физической подготовки человека; характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий. |
| **Рефлексия.**  Вспомните тему нашего урока. Удалось достичь поставленных целей. Что удалось на уроке, что не удалось?  Необходимо ли нам на уроках физической культуры использовать Электронные образовательные ресурсы?  Оцените свою работу на уроке.  Подведение итогов урока, оценивание работы класса в целом (над чем ещё необходимо работать). | | учащиеся анализируют свою работу. | | 3 мин. | | | Отметить лучших ребят. | **Регулятивные УУД:**  Уметь управлять своими эмоциями, адекватно воспринимать оценку учителя. Прогнозировать результаты уровня усвоения изучаемого материала  **Личностные УУД:**  Умеют анализировать свои достижения на уровне класса всей деятельности на уроке |
| **Д/задание:** придумать по одному упражнению с волейбольным мячом. | |  | | 30 сек. | | |  |  |
| **Благодарит учащихся за урок.** | | Организованно покидают спортивный зал. | | 30сек | | |  |  |