**План-конспект урока физкультуры в 5 классе по теме: «Волейбол. Верхняя и нижняя переда­ча мяча в форме круговой тренировки.»**

**Цели:** Совершенствование техники верхней и нижней передач мяча в парах в форме круговой тренировки.

**Формируемые УУД:**

* предметные: овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из раздела «Волейбол», умение использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью общеразвивающих упражнений с мячом и игры мини-волейбол;
* метапредметные: принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; адекватно оценивать свое поведение и поведение окружающих; конструктивно решать кон­фликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
* личностные: формирование положительного отношения учащихся к занятиям физкультурной деятельностью; накопление необхо­димых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в фи­зическом совершенстве; владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнёрами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Тип урока: образовательно-тренировочной направленности

Метод проведения: фронтальный, групповой, элементы круговой тренировки, соревновательный.

Место проведения: спортивный зал.

**Инвентарь:** секундомер, свисток, набивные мячи по ко­личеству занимающихся, волейбольные мячи на пару, волейбольная сетка, наклонные скамьи для пресса, учебные карточки, музыкальное сопровождение, чистые листы бумаги, ручки (по количеству занимающихся).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание учебного материала | Методические указания | **Виды деятельности (элементы содержания, контроль)** | УУД |
| **I. Вводная часть (8 минут)** | **1.Построение. Организационные команды. (2мин)**  И так ребята чтобы узнать тему урока, давайте отгадаем загадку.  -Здесь команда побеждает  Если мячик не роняет  Он летит с подачи метко  Не в ворота, через сетку  И площадка, а не поле  У спортсменов в волейболе.  -Какие передачи бывают в волейболе?  -Когда выполняется верхняя передача мяча?  - Когда выполняется нижняя передача мяча?  **2.Ходьба строевым шагом. Когда ученики проходят по периметру зала, то берут по одному набивному мячу (3мин):**  -передача мяча вокруг туловища в одну и другую стороны;  - передача мяча «восьмёркой» вокруг ног;  -бросок и ловля двумя руками;  -бросок правой рукой, ловля двумя;  -бросок левой рукой, ловля двумя.  **3.Беговая подготовка (Выполняется разминочный бег (3 мин).**  -приставными шагами правым боком и передача мяча из рук в руки;  - приставными шагами левым боком и передача мяча из рук в руки;  (Мячи кладутся на пол на одинаковое расстояние друг от друга)  -бег с высоким подниманием бедра через мячи;  -прыжки на правой ноге через мячи;  -прыжки на левой ноге через мячи;  - прыжки на двух ногах, высоко поднимая и подтягивая колени к груди через мячи;  -то же, но правым боком;  -то же, но левым боком.  После бега учитель переводит класс на шаг.  **4.Упражнения на восстановление дыхания.**  Обучающиеся перестраиваются для разминки и берут по одному волейбольному мячу на пару.) | Дежурный по классу сдает учителю рапорт о готовности класса к уроку  Ребята, сегодня мы проведём контрольный урок по теме «Волейбол» в форме круговой тренировки, вы будете работать в парах, выполнять верхнюю и нижнюю передачи мяча в разных упражнениях, набирать баллы, которые будут переведены в оценки; в конце урока поиграем в игру мини-волейбол.  Внимание класс, за направляющим влево в обход по залу шагом, марш. Под музыкальное сопровождение в ходьбе выполняют упражнения с набивными мячами.  Внимание класс, бегом - марш!  Соблюдать темп бега, не сгибаться в тазобедренных суставах, руки не опускать, интервал дистанция между бегущими в колоне 1-2 шага и т.п.  Учащиеся выполняют дыхательные упражнения. На счет 1-2-3 руки вверх - вдох, на 4 руки вниз – выдох под музыкальное сопровождение. | Формирование у учащихся деятельностных способностей и способно­стей к структурированию и систе­матизации изучаемого предметного содержания  Группо­вая работа по выполнению упражнений с набивными мячами | **Предметные**  Знать технику выполнения приема и передачи мяча изученными способами; правила выполнения игровых заданий  **Метапредметные**  Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь правильно передвигаться в стойке игрока, демонстрировать технику приема и передачи мяча на месте и в движении  **Личностные**  Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. |
| **II. Основная часть (30минут)** | **1.Передачи мяча в парах (8мин).**  -Передача мяча двумя руками сверху, в парах с ОРУ:  1)круговые вращения руками вперёд-назад;  2)наклоны в стороны;  3) приседания;  4) выпрыгивания из глубокого приседа.  -«Непредсказуемый удар»  Один из учеников совершает удар мячом в пол, с сильным отскоком. Задача партнера- принять мяч сверху и послать его назад четко в руки подающему, не выходя из очерченного круга (например, обруча).  -Приём мяча снизу после нападающего удара.  -Передача мяча сверху двумя руками в движении с попаданием в кольцо.  -Передача мяча сверху-снизу двумя руками в движении с попаданием в кольцо.  **2.Круговая работа в парах (12мин):** (за выполнение 1 упражнения зарабатывается 1 балл)   1. Передачи мяча сверху двумя руками над собой 2. Передачи мяча снизу двумя руками над собой 3. Смешанная передача мяча над собой (1 сверху, 1 снизу) 4. Передачи мяча сверху двумя руками в парах сидя на полу. 5. Передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку в движении. 6. Передача мяча сверху-снизу в парах. 7. Передача мяча над собой, затем партнёру после набрасывания при выполнении упражнения на пресс на наклонной скамье.   Подведение итогов круговой работы, выставление оценок.  **3.Спортивная игра «Мини-волейбол» (10 мин)**  Играть можно, используя только верхние передачи. Играют без подач: начинающий игрок подбрасывает мяч над собой и выполняет верхнюю передачу через сетку, с другой стороны стараются ее принять (т. е. сразу перебросить мяч в обратную сторону) и т. д.  Падение мяча на пол — потеря очка. Мяч обратно не возвращается для повторения подачи, игра продолжается с той площадки, где упал мяч.  Играют практически до конца урока. | Ученики делятся на пары (по желанию).  Выполнять 20—25 с.  Выполнять 20—25 с.  Выполнять 20—25 с.  Выполнять 20—25 с.  Выполнять 20—25 с.  Выполнять 20—25 с.  Выполнять1р.  Выполнять1р.  Обучающиеся работают в парах и набирают баллы.  90-100 баллов – «5»  70-89 баллов – «4»  Меньше 70 баллов – «3»  Приподнять немного туловище, задержаться в этом положении и выполнить передачу над собой, а затем партнёру после набрасывания.  Обучающиеся подсчитывают количество баллов, переводят их в оценки. Учитель их оглашает.  Следить за правильностью выполняемого приема и передачи мяча.  Если слишком тяжело так играть, то задача упрощается: передачу можно брать как в игре «Пионербол», но после приема, мяч надо подбросить и выполнить передачу через сетку на сторону противника.  (Заканчивают игру за 2-3 мин до конца урока. Инвентарь убирают на место. | Комбинации из освоенных элемен­тов техники перемещений; приемов и передач мяча сверху-снизу двумя руками в парах  Комбинации из освоенных элемен­тов приемов и передач мяча сверху-снизу двумя руками  Коллективное выполнение заданий с использованием подвиж­ных игр | **Предметные**  Знать технику выполнения приема и передачи мяча изученными способами; правила выполнения игровых заданий  **Метапредметные**  Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь правильно передвигаться в стойке игрока, демонстрировать технику приема и передачи мяча на месте и в движении  **Личностные**  Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| **III. Заключительная часть (2мин)** | 1. Построение. Подведение итогов урока. 2. Оценивание работы учащихся. 3. Выразите своё отношение к уроку, выбрав понравившийся смайлик и прикрепите на доску. 4. Организованный выход из зала | Проводится построение в одну шеренгу. Учитель подводит итоги игры и урока.  Желательно похвалить учеников за успехи и разобрать ошибки.  Ученики выбирают смайлики и прикрепляют их на доску.  Учащиеся организованно выходят в колонне по одному в раздевалку. |  |  |

Приложение 1

 

 