Урок физической культуры 5 класс

Провел: Старшов П.П,

Дата проведения: 20.03.2018г.

Раздел: Спортивные игры. Волейбол.

Базовый учебник:  Физическая культура. 5-7 классы: учеб. Для общеобразовательных  учреждений ( М.Я. Виленский, И.М. Туревский,  Т.Ю. Торочкова и др.); под ред. М.Я.Виленского. – 2-е изд.- М.: Просвещение, 2016г..

Тип урока: Комбинированный..

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

Задачи урока:

1. Знакомство с  историей и правилами игры в волейбол.

2. Создать представление о технике верхней и нижней передачи в волейболе и её значении для успешной игровой деятельности.

3. Освоение техники нижней прямой подаче в волейболе.

4. Взаимодействовать со сверстниками в процессе игры: "Мяч через сетку"

Технологии:

- здоровье сберегающая: использование дозированных физических нагрузок, чередование интенсивности и релаксации в обучении;

- личностно-ориентированный подход: формирование знаний по физической культуре, формирование двигательной подготовленности.

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь:  волейбольные мячи, волейбольная сетка

Технологическая карта урока по физической культуре для 5 класса

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап образовательного процесса | Время | Деятельность учителя | Деятельность учащегося |
| Подготовительный  этап | 10мин |  | |
| Сообщение целей и задач на урок. | 1мин  3мин | Создание проблемной ситуации, с выяснением учащимися с целью и задачами урока.  Знакомство с историей и правилами игры волейбола (презентация) | Личностная: выявить роль разминки при подготовке организма к занятию с мячом  Регулятивная : выяснить уровень усвоения знаний, его временных характеристик  Познавательная: использовать общие приемы решения задач. |
| 1 Перестроение в две шеренги.  2..Разминка: Ходьба, бег, спец. упражнения(передвижения в стойке волейболиста, захлестом голени, высоко поднимая бедро, скрестным шагом, челночным бегом ,прыжки у сетки).  3. ОРУ на месте (проводит учитель). | 1мин  2мин  3мин | Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока. | Личностная: Осознание осваиваемого на уроке приема учебной деятельности, как ценности  Регулятивная : Самоопределение в целях учебной деятельности.  Познавательная: Осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форм |
| Основной этап | 27мин |  | |
| Разминка с мячами:  - броски мяча двумя руками в парах;  - высокие броски двумя руками;  - броски мяча с ударом о пол; | 5мин | Перестроить  обучающихся на пары. | Личностная: Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  Регулятивная : Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  Познавательная: Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов во время разминки |
| 1. Передачи мяча двумя руками сверху и снизу:  - волейбольная стойка;  - правильное расположение рук при передачи мяча двумя руками сверху и снизу;  - передача мяча двумя руками сверху и снизу на оптимальном 4-5 м расстоянии;  - передача мяча двумя руками сверху над собой и сверху партнёру; | 10мин | Объяснить технику изучаемых игровых приемов и действий, добиться их самостоятельному  освоению, выявить и устранить типичные ошибки.  Моделировать технику освоенных игровых действий и приемов, варьировать её в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. | Личностная: Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  Регулятивная : Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  Познавательная: Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов волейбола |
| 2. Нижняя прямая подача  1. Имитация подачи мяча.  2. Подача с расстояния 3—6 м.  3. Подачи через сетку с расстояния 3- 9 м от сетки. | 7мин | Напомнить технику безопасности при выполнения подачи мяча. | Личностная: Повторять и осваивать двигательные действия самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.  Регулятивная : Преобразоватьпознавательную задачу в практическую.  Познавательная: Информационные:поиск, распознавание полезной информации  на основе ее анализа. Построение речевого высказывания в устной форме |
| 3. Подвижная подводящая игра к волейболу:  "Мяч через сетку"  Перестроение в две команды (передача мяча сверху и снизу через сетку). | 5мин | Объяснить правила игры. | Личностная: Определять степень утомления организма во время игровой деятельности  Регулятивная : Адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению ошибок.  Познавательная: Ориентироваться в разнообразии способов решении задач. |
| Заключительный | 3мин |  | |
| 1.Упражнения на внимание.  2.Анализ выполнения целей и задач обучающимися.  Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия, домашнее задание.  Учитель задает вопросы:  - оцените свою работу на уроке.  - какие упражнения вы сегодня выполняли на уроке?  - что нового узнали на уроке?  - что получалось на уроке лучше всего?  - над чем необходимо поработать на следующем занятии? |  | Восстановить пульс, дыхание после игры.  Проверяем степень усвоения обучающимися УЗ.  Проводит выборочный устный опрос по теории, изученной на уроке.  Демонстрирует умение обобщать результаты учебной работы.  Ставит домашнее задание. | Личностная: Определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке.  Осознавать  надобность домашнего задания  Регулятивная : Определить смысл поставленной на уроке задачи.  Оценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя  Вычленять новые знания.  Познавательная: Формировать умения и выделять основные признаки сравнения выполнения поставленных задач.  Повторяют новые полученные знания |