

## Конспект урока по физической культуре для 5 класса (по ФГОС)

**Тема урока:** волейбол, основы знаний, теория "Правила соревнований по волейболу", подвижная игра "Американка" с элементами волейбола, техника безопасности на занятиях.

**Цель урока:** развитие физических качеств учащихся через использование элементов спортивной игры волейбол.

**Задачи:**

**1. Образовательные задачи (предметные):**

- совершенствовать технику передачи мяча в волейболе.
- познакомить учащихся с правилами соревнований по волейболу.
- формировать у учащихся координационные и кондиционные способности.

**2. Развивающие задачи (метапредметные результаты):**

- формировать умение адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих (коммуникативное УУД).
- развивать умение выделять основную информацию урока, определять качество и уровень усвоения знаний (познавательные и рефлексивные УУД).
- формировать умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации (регулятивное УУД).
- развивать умения выполнять передачу мяча на высоком качественном уровне (познавательные УУД).

**3. Воспитательные задачи (личностные результаты):**

- формировать самостоятельность и личную ответственность за свои действия и поступки, потребность вести здоровый образ жизни (самоопределение, личностные УУД).
- формировать мотивацию учебной деятельности (смыслообразование, личностные УУД).
- формировать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить пути разрешения спорных ситуаций (нравственно-этическая ориентация, личностные УУД).

**4. Оздоровительная:** содействовать достижению гармоничности в физическом развитии

**Тип урока:** комбинированный

**Раздел:** спортивные игры.

**Инвентарь:** свисток, мяч волейбольный.

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Деятельность учащегося			
		Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6
<b>Подготовительный (15 минут)</b>					
1. Построение, рапорт	Построение в шеренгу по одному.				
Сообщение темы и задач урока.	Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок.	Формирование интереса.		Весь класс во фронтальном режиме слушает учителя.	Ведут обсуждение по заданной теме, вступают в диалог с учителем и одноклассниками
Знакомство с темой и планом урока. <i><b>Повторение теоретических сведений об истории развития волейбола. Что развивает волейбол, какие физические качества?</b></i> Инструкция по технике безопасности	Рассказ о том, где зародился волейбол, кто основатель спортивной игры		Активное участие в диалоге с учителем  Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик	Совместно с учителем делают вывод: для чего нужен волейбол? Какие физические качества он развивает Планировать путь достижения цели, ставить познавательные задачи. Извлечение информации по ТБ из таблицы	Обсуждение предстоящей разминки  Обсуждение предстоящей разминки
2. Разминка: – ходьба, – бег, – спец. упражнения (передвижения в стойке)	Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока	Уточнить влияние разминки мышц плечевого пояса на готовность к работе по волейболу.	Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп.	Закрепление знаний и умений ОУР. Знакомство с историей и	

<p>волейболиста, захлестом голени, высоко поднимая бедро, скрестным шагом, челночным бегом, приставными шагами, подскоками, в низком приседе, прыжками на одной ноге)</p> <p>3. Перестроение в две шеренги дроблением.</p> <p>4. ОРУ на месте (проводит дежурный):</p> <p>1. Наклоны головы вперед, назад, вправо, влево.</p> <p>2.Круговые вращения кистями рук вперед, назад. И.п.- руки к плечам.</p> <p>3.Махи руками. И.п. - правая вверх, левая вниз.</p> <p>4. Наклоны туловища вправо, влево. И.п.- руки на поясе, ноги на ширине плеч.</p> <p>5.Повороты туловища. И.п. - руки в замок за голову, ноги на ширине плеч.</p> <p>6. И.п. - руки к плечам, ноги на ширине плеч. Колено левой ноги достает до локтя правой руки и колено пр.н. достает до локтя лев.р.</p> <p>7. "Кузнечик" И.п.- основная стойка. 1-упор присев, 2-упор лёжа прыжком, 3- упор присев прыжком, 4- основная стойка.</p> <p>8. Прыжки.</p> <p>Упр. на восстановление дыхания.</p>	<p>Уточнение понимания учащимися учебных задач</p> <p>Знакомство с историей и правилами игры волейбола в процессе урока.</p> <p>Упражнения: учащиеся выполняют, стоя в две шеренги.</p> <p>Размять кисти рук для дальнейших выполнений упражнений</p> <p>Следить за правильным выполнением упражнений.</p> <p>При выполнении упражнений на месте – сохранять дистанцию.</p>	<p>Формировать интерес к занятиям</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>правилами игры волейбола.</p> <p>Речевое проговаривание упражнений совместно с учителем.</p> <p>Выполняют команды учителя, контролируют свои действия согласно инструкции учителя.</p>	<p>Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки, как со сверстниками, так и с учителем</p>
<b>Основной (26минуты)</b>					
<p>Разминка с мячами:(5мин.)</p> <p>– броски мяча двумя руками в парах;</p>	<p>Перестроить обучающихся на пары.</p>	<p>Волевая саморегуляция. Мотивация на активный отдых.</p>	<p>Коррекция - вносить необходимые коррективы в</p>	<p>Описывать технику изучаемых игровых приемов и</p>	<p>Распределение функций обучающихся во</p>

<p>– высокие броски двумя руками; – броски мяча с ударом о пол;</p> <p><b>1. Передачи мяча двумя руками сверху и снизу:</b> "(12мин.)</p> <p>- волейбольная стойка; - правильное расположение рук при передачи мяча двумя руками сверху и снизу; - наброски на передачу мяча двумя руками сверху и снизу; - передача мяча двумя руками сверху и снизу на оптимальном (удобном) расстоянии; - передача мяча двумя руками сверху над собой и сверху партнёру; - передачи мяча через сетку - работа около стены: наброски на передачу мяча двумя руками сверху и снизу;</p> <p><b>2. Нижняя прямая подача мяча"</b>(8мин.)</p> <p>1. Имитация подачи мяча. 2. Подача волейбольного мяча с расстояния 3—6 м. Подачи через сетку с расстояния 3- 9 м от сетки.</p> <p><b>3. Подвижная подводящая игра к волейболу:"Американка"</b>(5мин.) Все как в волейболе, только разрешается принимать и передавать мяч через сетку, отскочивший от пола.</p>	<p>Взаимоконтроль</p> <p>Проведение краткого инструктажа, руководство работой, коррекция действий \по мере необходимости \. Обратить внимание на постановку стопы (ноги слегка согнуты). Руки согнуты в локтевых суставах, кисти на уровне лба (передача двумя руками сверху) или на уровне пояса (передача двумя руками снизу). Освоение техники изучаемых игровых приемов и действий: \прием начинается с разгибания ног, затем начинают движение руки. В момент соприкосновения рук с мячом ноги разгибаются быстро. Заклочительным</p>	<p>Воспитание потребности содержать спортивную форму в порядке. Соблюдать правила выполнения заданного двигательного действия, проявление дисциплинированности</p> <p>Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия с волейбольным мячом для комплексного развития физических способностей. Оценивают правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Внимательно относиться к собственным переживаниям при ошибочном выполнении. Развитие доброжелательного отношения к учителю и товарищам Оказать помощь и моральную поддержку сверстникам.</p>	<p>действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.</p> <p>Уметь регулировать свои действия, взаимодействовать в группе.</p> <p>Умение действовать по плану. Осуществлять самоконтроль за состоянием своего организма Оценивать выполнение двигательных действий согласен поставленным задачам Принимать инструкцию учителя, четко ей следовать, осуществлять контроль. Преобразовать познавательную задачу в практическую</p>	<p>действий</p> <p>Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов и соединение их в целое.</p> <p>Определять эффективную модель Разделение знания и незнания способов передачи мяча. Освоение разнообразных способов решение задач. Обсуждение использования различных источников информации при игре волейбол. Умение анализировать, выделять и формулировать учебный материал Отбирать комплекс приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще и выполнять их с</p>	<p>время работы по местам занятий</p> <p>Умение договариваться в совместной деятельности, взаимодействовать со сверстниками; находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности. Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения работы одноклассников с элементами волейбола.</p> <p>Находят адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время работы по местам занятий и игровой деятельности. Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения работы одноклассников с элементами волейбола. Находят адекватные</p>
---	--	--	--	--	--

	<p>движением кистей рук мячу придается необходимое направление  Добиться самостоятельного выполнения, выявить и устранить типичные ошибки.</p> <p>Моделировать технику освоенных игровых действий и приемов, варьировать её в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.  Уточнить технику безопасности при выполнении подачи мяча через сетку</p> <p>Составить правила игры, обращая внимание на более удаленную расстановку игроков от сетки.  Восстановить дыхание после игры.  Взаимооценка</p>			<p>наибольшим эффектом</p>	<p>способы поведения и взаимодействия с партнерами во время работы по местам занятий и игровой деятельности.  Умение заметить достоинства и недостатки своего исполнения.</p>
--	--	--	--	----------------------------	---

**Рефлексия (3 минут)**

1. Упражнения на внимание 2. Анализ выполнения УЗ обучающимися, домашнее задание	Выяснить, что удалось на уроке, и какие были затруднения, оценить работу. Ставим УЗ на дом	Определить собственные ощущения. Осознавать значимость домашнего задания	Определить смысл поставленной на уроке УЗ Соответствие оценки основным критериям.	Осмысление итога урока: приёмы техники передачи мяча в волейболе; правила соревнований по волейболу.	Учет позиции других людей
---	---	---	--	--	---------------------------