

План-конспект урока по физической культуре в 6 классе по теме «Верхняя передача мяча в парах стоя на месте».

Задачи:

образовательная: обучить передаче мяча сверху двумя руками стоя на месте.

оздоровительная: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и развитию координационных способностей;

воспитательная: воспитать чувства ответственности и патриотизма.

Время: 40 мин.

Инвентарь: интерактивный комплекс, мячи волейбольные, учебник, свисток, секундомер, фишки.

Тип урока: обучающий.

Технологии обучения: здоровьесберегающие, ИКТ.

Методы обучения: игровой, индивидуальный, групповой.

Конспект выполнил: учитель физкультуры Кузьмин Е.В.

Ход урока.

№	Содержание урока	Время	Орг. методические указания
1	Вводно – подготовительная часть (Проверить готовность к уроку, обратить внимание на наличие спортивной формы, учебника и дневника на парте). Учитель: Я вижу вы все готовы и мы начинаем урок.	17 мин	Организационный момент
2	Учитель: Каждый вид спорта имеет свой логотип. Я предлагаю выполнить задание, которое поможет нам определить тему сегодняшнего урока. <i>К доске вызывается один ученик, который к названию каждого вида спорта подберет соответствующий логотип.</i> Один ученик работает у доски, остальные помогают, исправляют. Учитель: Какой логотип остался без названия? Какой вид спорта он символизирует?	9 мин	Введение в тему урока

	<p>Ответ ученика: это волейбол.</p> <p>Учитель: Почему он не нашел своего места среди логотипов зимних видов спорта?</p> <p>Ответ ученика: Потому что он относится к летним видам спорта.</p> <p>Учитель: Да, волейбол не является зимним видом спорта. Откройте учебник на странице 116, прочитайте и ответьте на вопросы. (Вопросы на слайде).</p> <p>1. Когда и где впервые появился волейбол, кто был ее основателем? (Впервые волейбол появился в США в 1895 году. Придумал эту игру учитель физкультуры Вильям Морган)</p> <p>2. Сколько раз сборные команды России завоевывали золотые олимпийские награды? (7 раз)</p> <p>3. Какие качества воспитывает и развивает этот вид спорта? (смелость, настойчивость, целеустремленность, коллективизм, взаимопомощь, чувство дружбы)</p> <p>Учитель: Взгляните на экран. Посмотрите видеофрагмент и скажите, какой приём выполняет спортсмен. Правильно его определив, мы выясним главную задачу нашего урока.</p> <p>Ответ ученика: Верхняя передача. Значит главная задача сегодняшнего урока обучение верхней передаче мяча.</p> <p>Учитель: Правильно, а сейчас встаньте, проведем пульсометрию для контроля своего самочувствия в течение урока.</p> <p style="text-align: center;">Пульсометрия</p> <p>Замеры.</p> <p>Учитель: У кого из вас количество ударов более 15? Хорошо, самочувствие отличное. Приступаем к практической части.</p> <p>На выход из класса «Шагом марш!»</p>		Измерение за 10 секунд
3	Переход из класса в спортзал	1 мин	
4	Построение	7	«- Становись! Равняйся!»

	<p style="text-align: center;">Разминка</p> <ul style="list-style-type: none"> - Повороты на месте - Ходьба - ОРУ кистевых суставов и пальцев рук - Легкий бег - Бег «слалом» - Бег «змейкой» - Подскоки с круговым вращением рук назад - Перемещение в стойке волейболиста левым и правым боком «змейкой» 	мин	<p>Смирно!»</p> <p>«- Направо! Налево! Кругом!»</p> <p>«- В обход по залу – марш!»</p> <p>-« Кисти перед собой в замок – ставь!»</p> <p>Выполнять под счет!(Делать орг. методические указания)</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Обычным шагом – марш!» - «Легким бегом – марш!» - «С обеганием фишек – марш!» - «Противоходом – марш!» - «Змейкой – марш!» - «По заданию – марш!» - «Обычным шагом – марш!» - «По заданию – марш!» - «Обычным – марш!» - «Шагом – марш!» <p>Следить за правильностью выполнения задания</p>
5	<p style="text-align: center;">Основная часть</p> <p>Перестроение для работы с мячами в парах</p> <p>Ребята, почему во время разминки мы выполняли именно эти упражнения?</p> <p><i>Ответ:</i> Потому что группы мышц, которые мы разминали, будут востребованы в волейболе.</p> <p style="text-align: center;">Пульсометрия</p> <p>У кого из вас количество ударов более 25? Хорошо, продолжаем урок.</p>	<p>19 мин 30 сек</p> <p>1 мин</p> <p>10 сек</p>	<p>ОРУ</p> <p>Налево в колонну по два – марш!</p> <p>На месте – стой!</p> <p>Напра... нале – во!</p> <p>Дети самостоятельно дают ответ на проблемный вопрос</p> <p>Измерения за 10 сек.</p> <p>Мячи – взять!</p>
6	<p>Имитация верхней передачи мяча в паре, не выпуская мяч.</p> <ul style="list-style-type: none"> - на месте - с поворотом 	2 мин	<p>Обратить внимание на постановку кистей на мяч.</p> <p>Неправильная постановка пальцев на мяче чревата</p>

<p>Имитация верхней передачи, с выбросом мяча на партнера</p>	<p>2 мин</p>	<p>травмами. Будьте внимательны!!! Имитацию выполнять из стойки волейболиста</p>
<p>Верхняя передача мяча после набрасывания над собой</p>	<p>2 мин</p>	<p>Следить за правильностью выполнения, давать метод. указания.</p>
<p>Верхняя передача мяча после передачи над собой</p>	<p>2 мин</p>	<p>Передачу выполнять на высоту 1.5 метра</p>
<p>Верхняя передача мяча после передачи над собой и двух хлопков</p>	<p>2 мин</p>	<p>Следить за правильностью выполнения, давать метод. указания.</p>
<p>Перестроение для подвижной игры «Часики» Игроки располагаются по кругу лицом к центру, четыре капитана с волейбольными мячами располагаются в центре спиной друг к другу. По сигналу они выполняют верхнюю передачу мяча на одноклассника, находящегося напротив них. Выполнив верхнюю прием и - передачу обратно, капитану дети перемещаются на один номер направо (налево) по кругу. (Капитанов может быть 3-5 чел).</p>	<p>7 мин</p>	<p>Следить за правильностью перемещения в стойке волейболиста. Следить за техникой выполнения верхнего приема и передачи мяча. Давать орг. указания. - Мячи положить! - Разойдись! - Возьмитесь за руки и образуйте круг.</p>
<p>Перестроение к заключительной части</p> <p>Комплекс ОРУ для релаксации.</p>		
<p>Учитель: Представьте, что мы с вами птицы, поднимая руки как крылья вверх – глубокий вдох, опускаем выдох.</p>	<p>1 мин</p>	<p>Восстановить организм после физических нагрузок</p>

7	<p align="center">Заключительная часть</p> <p>- Построение в круг. - Подведение итогов урока: Учитель: Какие задачи мы ставили на сегодняшний урок? <i>Ответ:</i> Научиться выполнять верхнюю передачу мяча. Учитель: Что для вас было трудным на уроке? Выполнение каких элементов вызвало затруднение? <i>Ответ:</i> Учитель: Над чем необходимо продолжить работу? <i>Ответ:</i>.... - Самооценка и оценка учителем. Учитель: сделайте шаг вперед те из вас, кто считает, что с поставленной задачей на уроке справился на отлично и урок ему понравился. <i>Учитель вносит коррективы в самооценку.</i></p> <p align="center">Пульсометрия</p> <p>У кого из вас количество ударов более 45?</p> <p>Урок окончен! До свидания.</p>	4 мин	<p>Учащиеся формулируют самостоятельно задачи урока Дети оценивают свою работу самостоятельно Учитель корректирует самооценку детей</p> <p align="center">Измерение за 30 сек.</p>