

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА

Учитель: Макаров Юрий Владимирович

Учебный предмет	Физическая культура
Класс	10
Тема урока	Техника выполнения передачи двумя руками сверху и приёма двумя руками снизу волейбольного мяча.
Тип урока	Урок закрепления знаний и способов действий.
Главная дидактическая цель	Закрепление техники выполнения передачи двумя руками сверху и приёма двумя руками снизу волейбольного мяча.
Планируемые образовательные результаты	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none">- продолжат учиться: выполнять передачи двумя руками сверху и приёма двумя руками снизу волейбольного мяча;- получат возможность научиться: <i>выполнять точную передачу двумя руками сверху и приём двумя руками снизу волейбольного мяча.</i> <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none">- <u>регулятивные</u> - умение технически правильно выполнять двигательные действия;- <u>коммуникативные</u> - выражают готовность слушать собеседника и вести диалог, адекватно оценивают собственное поведение и поведение окружающих;- <u>познавательные</u> - овладеют способностью оценивать свои результаты, указывать на свои ошибки и ошибки одноклассников, формирование представления о технике выполнения упражнений.
Инвентарь	Волейбольная сетка, волейбольные мячи, теннисные мячи, конусы, тренажёры для нижнего приёма мяча.
Ресурсы	Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень / В. И. Лях. – 6-е изд. – М.: Просвещение, 2019. — 255 с. Романенко В.О., Фомин Е.В. Средства и методы обучения и совершенствования техники и тактики вторых передач (подготовка связующего игрока), (методическое пособие) Выпуск №9 — М: ВФВ, 2012.

Этап урока, цель этапа	Виды работы, формы, методы, приемы	Деятельность учителя	Деятельность ученика	Планируемые результаты	
				Предметные	Универсальные учебные действия (УУД) Л –личностные К – коммуникативные П – познавательные Р - регулятивные
<p>1. Мотивация к учебной деятельности Цели: создать условия для формирования внутренней потребности учеников во включении в учебную деятельность, развитие умения устанавливать тематические рамки.</p>	<p>Метод организации: фронтальный. Прием: словесный.</p>	<p>Организация построения. Проводит построение в одну шеренгу. Проверяет готовность обучающихся к уроку, создает эмоциональный настрой.</p>	<p>Учащиеся строятся в одну шеренгу. Дежурный класса сдает рапорт о готовности класса к уроку.</p>	<p>Умение отвечать на вопросы.</p>	<p>Л: - готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию. Р: - анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты. К: - отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.).</p>
<p>2. Актуализация и фиксирование индивидуального затруднения в пробном действии Цели: обеспечить выполнение учащимися учебного действия для подготовки к основному этапу урока.</p>	<p>Метод организации: фронтальный, групповой. Прием: словесный.</p>	<p>Определение: «Командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом,</p>	<p>Учащиеся отвечают на вопросы учителя, делаются на группы, письменно выполняют задания.</p>	<p>Умение отвечать на вопросы. Умение работать в группе.</p>	<p>Л: -готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения; Р: - выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать</p>

		<p><i>чтобы он приземлился на площадке противника, либо чтобы игрок защищающейся команды допустил ошибку».</i></p> <p>-О какой командной игре идет речь?</p> <p>-Верно. Сегодняшний урок посвящен игре волейбол.</p> <p>-Давайте вспомним правила игры, технические приёмы и технику безопасности на уроках волейбола. Для этого мы разделимся на группы.</p> <p>1 группа – правила игры.</p> <p>2 группа – технические приёмы игры.</p> <p>3 группа – техника безопасности на уроках волейбола.</p> <p><i>Организация разделения на группы, проверка выполненного задания по группам.</i></p> <p>-Сегодня я бы хотел остановиться на двух технических приёмах, которые вы увидите на экране.</p>		<p>конечный результат;</p> <ul style="list-style-type: none"> - ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей; - формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности. <p>П:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства. <p>К:</p> <ul style="list-style-type: none"> - представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности; - определять возможные роли в совместной деятельности; - играть определенную роль в совместной деятельности; - принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения); - организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.).
--	--	---	--	--

		<p>-Верно. Это передачи двумя руками сверху и приёма двумя руками снизу волейбольного мяча.</p> <p>-Мы с вами умеем выполнять эти упражнения?</p> <p>-Если умеем, то что мы сегодня будем делать с этими упражнениями? Какой урок нам нужен для этого?</p> <p>-Перед закреплением проведем разминку.</p> <p><i>Организация повторение строевых упражнений, упражнений в движении, бег с заданиями, общеразвивающие упражнения с волейбольными мячами.</i> (Приложение 1)</p>	<p>Учащиеся называют шаги урока закрепления <i>(Повторяем, то что умели, и работаем над своими ошибками)</i></p> <p>В ходе актуализации учащиеся выполняют строевые упражнения, упражнения в движении, бег с заданиями, общеразвивающие упражнения, которые подготовят их к выполнению технических приемов игры волейбол.</p>	<p>Умение четко выполнять команды. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.</p>	
<p>4. Реализация выхода из затруднения <i>Цели: организовать</i></p>	<p>Метод организации: <i>парный.</i> Прием:</p>	<p>Организация подготовки к выполнению заданий: - деление учащихся на</p>	<p>Учащиеся слушают учителя, делятся на пары, выполняют упражнения для</p>	<p>Умение четко выполнять команды. Умение</p>	<p>Л: - освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и</p>

<p>постановку цели урока и формулирования темы урока.</p>	<p>словесный.</p>	<p>пары, - осуществление контроля правильности выполнения упражнений. <i>1 упражнение: бросок и ловля одной рукой теннисного мяча в конус в парах;</i> <i>2 упражнение: бросок одной рукой и ловля теннисного мяча двумя руками в конус, имитируя передачу мяча сверху в парах;</i> <i>3 упражнение: бросок одной рукой и приём теннисного мяча двумя руками на тренажёр снизу в парах;</i> <i>4 упражнение: передача двумя руками сверху и приём двумя руками снизу волейбольного мяча в парах.</i></p>	<p>закрепления технических приёмов игры.</p>	<p>технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.</p>	<p>сообществах; - осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку. Р: - определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения. К: - определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации; - строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности.</p>
<p>5. Закрепление знаний и способов действий. Цели: организовать усвоение учениками нового способа действий с проговариванием во внешней речи</p>	<p>Метод организации: групповой.</p>	<p>Организация деления на четыре группы: <i>1 станция: передача мяча сверху двумя руками после собственного наброса в баскетбольное кольцо;</i> <i>2 станция: передача</i></p>	<p>Учащиеся выполняют все упражнения чётко по команде учителя, выполняя рекомендации с карточки, обобщая все примененные способы и</p>	<p>Умение технически правильно выполнять двигательные действия из раздела волейбол.</p>	

		<p><i>мяча сверху двумя руками в парах через сетку;</i> <i>3 станция: приём мяча снизу двумя руками в парах через сетку;</i> <i>4 станция: чередование верхней передачи мяча и нижнего приёма мяча двумя рукам в цель.</i> <i>(Приложение 2)</i></p>	<p>алгоритмы с целью определения эффективности выполнения самостоятельной работы.</p>		
<p>6. Включение в систему знаний и умений <i>Цель: организовать усвоение учениками нового способа действия в системе знаний</i></p>	<p>Метод организации: <i>групповой.</i></p>	<p>Организация подготовки к подвижной игре «не урони мяч». <i>Правила игры:</i> <i>Класс делится на 2 группы и располагается на половинах волейбольной площадки, образуя круг.</i> <i>У каждого игрока в руках волейбольный мяч.</i> <i>По сигналу учителя один игрок из команды бросает мяч любому участнику своей команды.</i> <i>Задача игрока, принимающего этот мяч, отбить его своим мячом другому партнёру, при этом не</i></p>	<p>Учащиеся играют, соблюдая все правила игры, обобщая примененные способы и алгоритмы с целью определения эффективности выполнения самостоятельной работы.</p>		

		<p>уронив ни один мяч на пол. Выигрывает та команда, которая без потери мячей выполнит наибольшее количество передач до сигнала учителя. Подведение итогов игры.</p>	<p>Учащиеся анализируют результаты игры.</p>	<p>Умение отвечать на вопросы учителя.</p>	
<p>7. Рефлексия учебной деятельности Цели: зафиксировать новое содержание урока; организовать рефлексию и самооценку учениками собственной учебной деятельности</p>	<p>Метод организации: фронтальный.</p>	<p>Организация построения класса в одну шеренгу. Фиксация степени соответствия поставленной цели и результатов деятельности; организация оценки собственной деятельности на уроке с помощью вопросов: – <i>Какая была цель нашего урока?</i> - <i>Достигли ее или нет? Что для этого делали?</i> – <i>В чём испытали затруднения?</i> – <i>Что у вас получалось сегодня лучше всего?</i> - <i>Какие личные успехи вы бы хотели отметить?</i></p>	<p>Учащиеся анализируют и оценивают результат работы и достижение цели как общей для класса, так и индивидуальной.</p>	<p>Умение отвечать на вопросы учителя.</p>	<p>Р: - соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы; - самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха. Л: - осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку.</p>
<p>8. Разноуровневое домашнее задание.</p>	<p>Метод организации:</p>	<p>Организация выбора домашнего задания по</p>	<p>Учащиеся целенаправленно</p>	<p>Умение анализировать</p>	

	индивидуальный.	уровням освоения учащимися знаний и умений, применяемых на уроке. (Приложение 3)	выбирают то задание, где были выявлены затруднения. (Затруднение в нижнем приеме – карточка № 1. Затруднение в техническом приеме «Передача сверху» – карточка № 2. Не было затруднений – карточка № 3).	свои ошибки при выполнении упражнений и исправлять их.	
--	-----------------	---	---	--	--

Содержание	Дозировка	Методические указания
<u>Строевые упражнения:</u> 1. Команды: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Направо!»	2 мин	Слушать учителя
<u>Ходьба с заданиями (волейбольный мяч в руках):</u> 1. Ходьба перекатом с пятки на носок , руки вверх 2. Ходьба спиной вперёд перекатом с носка на пятку, руки вверх	0,5 круга 0,5 круга	Соблюдать дистанцию 2 метра Держать спину и руки прямо
<u>Бег без задания (волейбольный мяч прижат ведущей рукой к туловищу)</u> <u>Бег с заданиями (волейбольный мяч в руках):</u> 1. Приставной шаг правым боком мяч к голове 2. Приставной шаг левым боком мяч к голове 3. Скрестный шаг правым боком руки вперёд 4. Скрестный шаг левым боком руки вперёд	2 круга 0,5 круга 0,5 круга 0,5 круга 0,5 круга	Соблюдать дистанцию 2 метра Соблюдать дистанцию 2 метра

ПЕРЕСТРОЕНИЕ НА ОРУ

Общеразвивающие упражнения с волейбольными мячами на месте

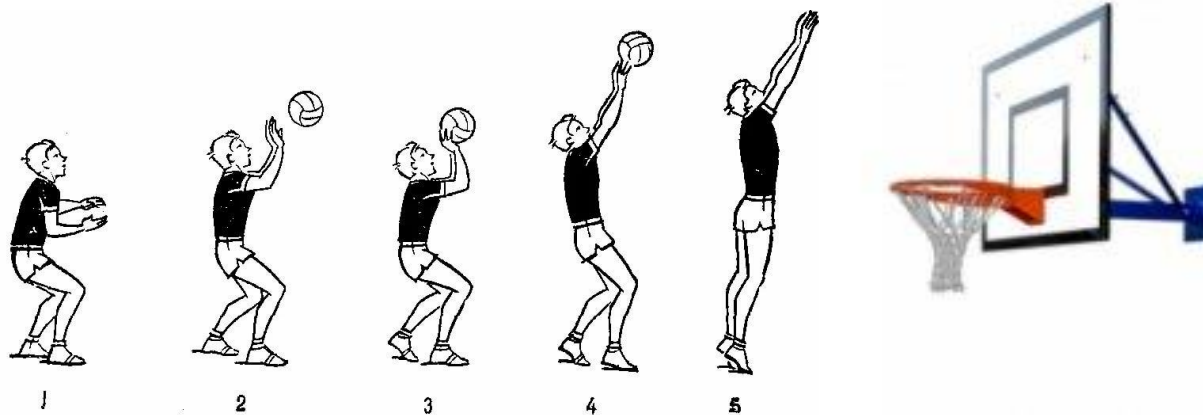
(метод: фронтальный)

Упражнение	Дозировка	Методические указания
1. И.п. – основная стойка, руки вниз: 1 – руки вверх, подняться на носки 2 – и.п.	6 раз	Выполнять медленно и плавно.
2. И.п. – основная стойка, руки вверх: 1-2 – наклон туловища вправо, 3-4 – наклон туловища влево.	6 раз	Выполнять под счёт, спину держать прямо.
3. И.п. – основная стойка, руки вниз:		Выполнять под счёт, наклон стараемся выполнять ниже,

1-2-3 – наклон вперёд согнувшись, 4 – наклон назад прогнувшись.	6 раз	ноги в коленях не сгибаем, пятки от пола не отрываем
4. И.п. – основная стойка, руки вперёд: 1 – подъём правого бедра вверх с касанием колена мяча, 2 – и.п., 3 – подъём левого бедра вверх с касанием колена мяча, 4 – и.п.	6 раз	Выполнять под счёт, держать равновесие.
5. И.п. – выпад на левую ногу, руки вперёд: 1-2-3 – покачивания на левой ноге, 4 – поворот в выпад на правую ногу, руки вперёд, 5-6-7 – покачивания на правой ноге, 8 – и.п.	6 раз	Выполнять под счёт, держать спину прямо, выпад выполнять глубже.
6. И.п. – упор лёжа, мяч на полу: 1 – сгибание рук с касанием грудью мяча, 2 – и.п.	10 раз	Выполнять самостоятельно, считать количество отжиманий.
7. И.п. – мяч между ног, руки вдоль туловища: Прыжки на носках	20 раз	Выполнять самостоятельно, считать количество прыжков.
8. И.п. – основная стойка, мяч прижат ведущей рукой к туловищу: Ходьба на месте	20 шагов	Выполнять под счёт.

УЧЕБНАЯ КАРТОЧКА

Передача мяча сверху двумя руками.



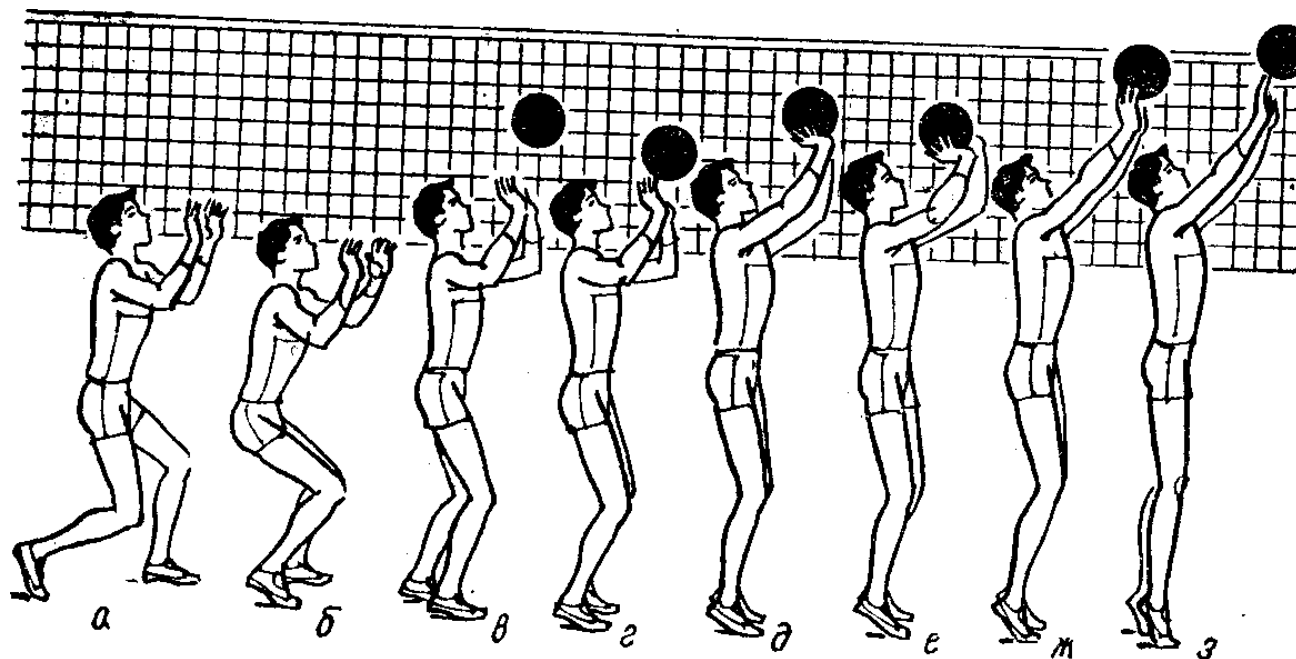
Правила выполнения упражнения:

передача мяча сверху двумя руками после собственного наброса в баскетбольное кольцо с линии штрафного броска, выполняем по очереди, стоя в одной колонне.

(Упражнение выполняется до сигнала учителя)

УЧЕБНАЯ КАРТОЧКА

Передача мяча сверху двумя руками.



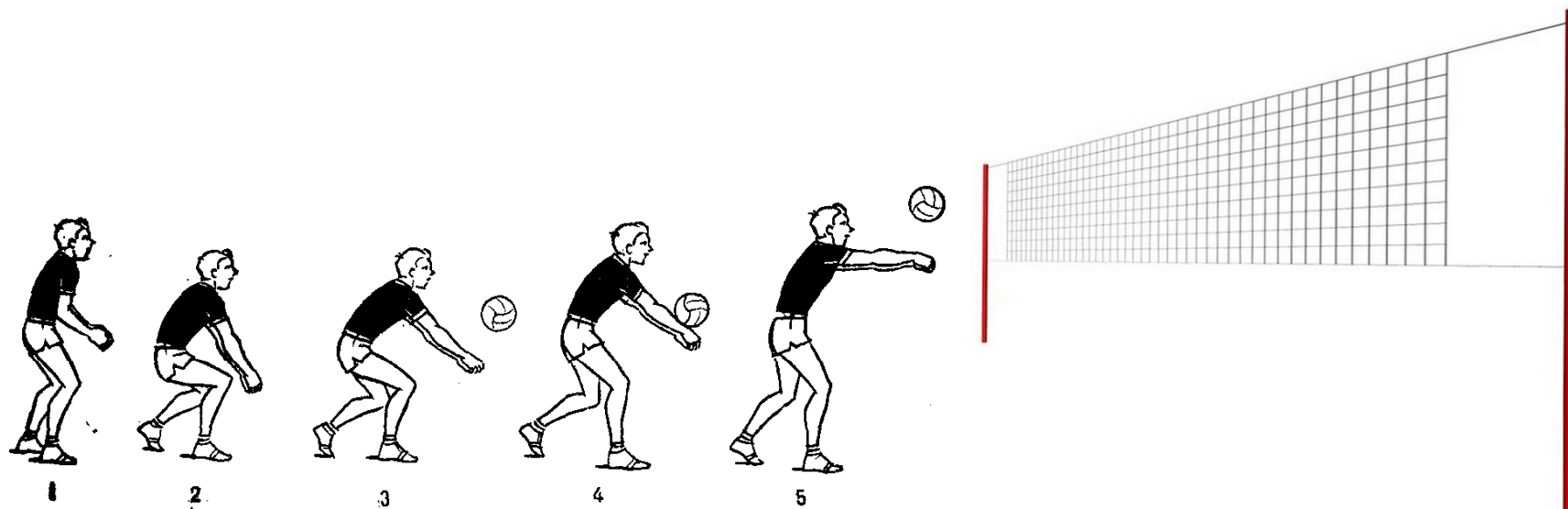
Правила выполнения упражнения:

Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку.

(Упражнение выполняется до сигнала учителя)

УЧЕБНАЯ КАРТОЧКА

Приём мяча снизу двумя руками.

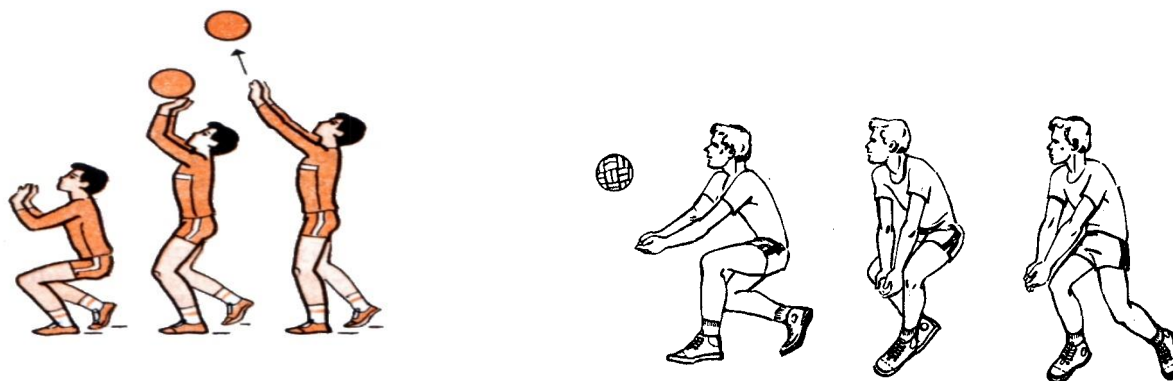


Правила выполнения упражнения:

Приём мяча снизу двумя руками в парах через сетку.

(Упражнение выполняется до сигнала учителя)

Чередование верхней передачи мяча и нижнего приёма мяча двумя руками в цель.



Правила выполнения упражнения:

Чередование верхней передачи мяча и нижнего приёма мяча двумя руками в цель (квадрат). Верхняя передача – верхний квадрат, нижний приём – нижний квадрат.

(Упражнение выполняется до сигнала учителя)

Карточка № 1.

1. Сидя на полу: приём мяча двумя руками снизу в стену после собственного набрасывания (3*20).
2. В движении: приём мяча двумя руками снизу над собой (3*20).
3. Приём мяча двумя руками снизу над собой, после отскока от пола (3*20).

Карточка № 2.

1. Передача мяча над собой сверху двумя руками, сесть, передача сидя, встать, передача над собой и т. д. (3*20).
2. Передача мяча в стену сверху двумя руками, постепенно переходя в положение полного приседа, а затем – обратно (3*20).
3. Приём мяча в стену двумя руками снизу после собственного набрасывания, после каждой передачи – разворот на 360 градусов, то в одну, то в другую сторону (3*20).

Карточка № 3.

1. Передача мяча сверху двумя руками над собой в прыжке (3*20).
2. Передача мяча сверху над собой двумя руками, стоя в круге диаметром 2-4 метра (3*20).
3. Передача мяча сверху над собой двумя руками, сидя на полу (3*20)