**Учитель Зевахина Наталья Константиновна**

**Технологическая карта урока**

**по учебному предмету «Физическая культура» в 5 «в» классе**

**на тему «Волейбол, начальная подготовка»**

**дата проведения**

**декабрь 2023**

|  |  |
| --- | --- |
| **Тип урока:** | Образовательно-тренировочной направленности |
| **Цели урока:** | 1. Создание условий для развития УУД  2. Развитие координации, двигательной деятельности при работе с мячом  3. Формирование навыка волейбольной стойки и перемещение по площадке, подачи |
| **Технология построения урока** | Фронтальная, индивидуальная, парная, групповая. |
| **Оборудование:** | Волейбольные мячи, сетка |
| **Основные термины, понятия** | Волейбольная стойка, передвижение, прием, передача, подача |
| **Образовательные ресурсы:** | Интернет-ресурсы, методическая литература |

**Планируемые результаты**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Предметные умения** | **Метапредметные умения** | **Личностные умения** |
| -формирование техники стойки волейболиста, перемещение по площадке, приема мяча сверху и снизу, подачи  -развитие физических качеств: гибкости, ловкости, координации;  -ориентирование на площадке | Регулятивные УУД:  -определять и формулировать цель деятельности на уроке;  -осуществлять самоконтроль;  -давать оценку деятельности на уроке;  -вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки сделанных ошибок.  Коммуникативные УУД:  -распределять функции и роли в совместной деятельности;  -проявлять культуру взаимодействия, терпимость и уважение в достижении общих целей при совместной деятельности.  Познавательные УУД:  -извлекать необходимую информацию из инструкций учителя;  -уметь определять и формулировать учебную задачу;  -осмысленно выполнять простейшие волейбольные приёмы | -владение правилами поведения на уроке;  -повышение культуры движения при выполнении физических упражнений;  -формирование умения использовать полученные знания для достижения личностно-значимых результатов;  - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;  - повышение ответственности за свои поступки;  - понимание необходимости здорового образа жизни. |

**Структура и ход урока**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание этапов урока** | **Содержание педагогического взаимодействия** | | **Дозировка** | **Универсальные учебные действия** |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** |
| **Подготовительная часть – 11 минут** | | | | |
| Организационный этап.  Построение, приветствие. | Проверяет готовность обучающихся к уроку, определяет темы, цель урока и формы его проведения.  Предлагает обучающимся сформулировать свои цели и задачи урока.  Создает психологический и эмоциональный настрой на предстоящее занятие, на изучение и повторение материала.  Повторяет правила ТБ на уроках | Построение.  Расчет по порядку.  Слушают и обсуждают тему урока.  Ставят свои цели и задачи урока.  Актуализируют знания по ТБ. | 1 мин. | **Личностные:**  понимают значение знаний для человека; имеют желание обучиться; правильно идентифицируют себя с позиции обучающегося.  **Коммуникативные:**  слушают собеседника, строят высказывания, излагают своё мнение.  **Регулятивные:**  принимают решения и осуществляют выбор в учебной и познавательной деятельности, умеют высказывать мнения по существу полученного задания.  **Познавательные:**  извлекают необходимую информацию из объяснения учителя, из собственного опыта. |
| Подготовка организма к предстоящей физической нагрузке. | Учитель даёт команды на выполнения упражнений при перестроении при маршировке на месте и в движении.  Предлагает упражнения,  подготавливающие суставы и мышцы к работе.  Во время движения обучающихся по кругу, учитель находится в кругу или движется чуть впереди колонны, объясняя положение рук и показывая упражнения.  Во время ходьбы и бега призывает следить за осанкой, соблюдением дистанции, правильным дыханием, техничным выполнением упражнений в движении.  Подаёт сигнал к смене ходьбы и бега голосом.  Обращать внимание на правильность выполнение поворотов и перестроения на месте и в движении. Показывает упражнения.  Обращает внимание на плавность вращения, максимальную амплитуду вращения.  Следит за положением плеч и туловища: плечи вперёд не наклонять, туловище держать прямо.  Обращает внимание на глубину выпадов.  Обращает внимание на прямые ноги в коленях при выпрямлении. | **Строевые упражнения**  -построение в одну шеренгу  **Ходьба** по залу с дистанцией 2 шага в колонну по одному:  - на носках, руки на поясе,  - на пятках, руки за головой,  -в полуприсяде, руки вперед.  -в приседе руки на коленях  **Бег** в равномерном темпе.  -бег приставным шагом  -бег спиной, правая рука впереди  **Ходьба** с выполнением упражнений на восстановление дыхания и согревание кистей рук  Перестроение через середину зала в колонну по четыре  **ОРУ на месте без предметов**  **1.Вращение головы**  И.П. –руки на поясе  1-4- вращение головы влево  1-4-вращение головы вправо  **2.Вращение плеч**  И.П. кисти рук к плечам  1-4 вращение вперед  1-4 вращение назад  **3.Повороты туловища**  И.П.- руки за голову  1-3поворот влево,4–И.П., 1-3 поворот вправо,4 - И.П.  **4.Вращения туловищем**  И.П. руки на пояс  1-4 вращение влево, 1-4 вращение вправо.  **5.Выпады**  И.П.выпад правой ногой вперед, руки на колено  1-3 пружинящие приседания,  4-поворот кругом.,1-3 пружинящие приседания.  **6. Растяжка мышц ног**  И.П. упор присев  1- выпрямление ног не отрывая рук от пола, 2 – И.П.  7. **Перестроение из колонны по четыре в колонну по одному, по ходу движения каждый ученик берет по мячу и перестраивается в две колонны** | 5 мин  5 мин | **Регулятивные:**  умеют оценивать правильность выполнения действия; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; действуют с учетом выделенных учителем ориентиров;  адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем.  **Познавательные:**  умеют правильно выполнять специальные беговые упражнения и строевые упражнения,  умеют выполнять комплекс упражнений без предметов.  **Регулятивные:**  вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки  и учета характера сделанных ошибок. |
| **Основная часть - 27 мин.** | | | | |
| Формирование стойки волейболиста, приема мяча сверху, снизу, прямой нижней подачи  Обучение техники выполнения упражнений по работе с мячом  Показательное выступление, как способ мотивации для самосовершенствования. | Формулирует задание.  Консультирует ход работы, проводит инструктаж по выполнению задания и технике безопасности.  Корректирует выполнение. Описывает критерии оценивания выполненной работы.  Наблюдает за выполнением упражнения, корректирует действия  Обращает внимание на стойку и мягкие движения кисти  Обращает внимание на силу удара мяча об пол, правильного расположения рук на мяче и стойку  Акцентирует внимание на положение рук при нижнем приеме и стойку  Следит за правильностью выполнении техники стойки и приема  Наблюдает и исправляет ошибки при выполнении приема и передачи мяча  Наблюдает за координацией движений и реакцией учеников  Контролирует выполнение упражнений индивидуально, обращает внимание обучающихся на ошибки, своевременно исправляет их.  Наблюдает за стойкой, приемом и выходом на мяч  Объясняет правила видения игры, соблюдает выполнение правил игры, следит за выполнением всех ранее изученных базовых элементов волейбола | Актуализация полученных ранее знаний по работе с мячом.  Соблюдая инструкции техники безопасности, выполняют подготовительное упражнение для демонстрации техники работы с мячом.  **1**.**Упражнение**  Подбрасывание мяча над собой, ловля мяча, следить за расположением рук на мяче и стойкой  **2.Упражнение**  Отбивание мяча над собой  **3. Упражнение**  Ударом мяча об пол, прием мяча сверху  **4. упражнение**  Ударом мяча об пол прием мяча снизу, обращая внимание на стойку и расположение рук на мяче  **5 упражнение**  Прием мяча снизу  **6 упражнение**  Комплексное упражнение –связующее предыдущие упражнения 3 и 4  **7 упражнение**  Встречный бросок мяча и ловля (работа двумя мячами)  **8 упражнение**  Прямая нижняя подача, постановка рук, ног  **9 упражнение**  Передача мяча в колоннах через сетку со сменой мест  **Подготовительная игра к волейболу «Пионербол с элементами волейбола»** | 1.5  1.5  1.5  1.5  1  2  1.5  1.5  5  10 | **Познавательные:**  осуществляют актуализацию полученных ранее знаний, совершенствуют навыки в выполнении упражнений.  **Личностные:**  осознают свои возможности в обучении; способны адекватно судить о причинах своего успеха или неуспеха, связывают успехи с усилиями, трудолюбием.  **Регулятивные:**  принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко ей следуют; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.  **Коммуникативные:**  умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами дейст­вий в ситуациях общения, следят за безопасностью друг друга. |
| **Заключительная часть – 2 минуты** | | | | |
| Подведение итогов. Рефлексия. | Оценивает работу обучающихся на уроке, их активность, самостоятельность.  Рефлексия: - всем ли понятны критерии оценки? - все ли согласны с выставленными отметками? - чувствуете ли вы сдвиги в положительную сторону в выполнении акробатических упражнений?? - выполнены ли нами поставленные задачи? Домашнее задание: составить комплекс гимнастических упражнений для вводной части урока. | Выстраиваются в шеренгу.  Слушают комментарии и обобщения учителя.  Отвечают на вопросы.  Проводят анализ результатов своей работы на уроке.  Знакомятся с содержанием домашнего задания.  Организованный уход из спортивного зала. | 1 мин.  1 мин. | **Регулятивные:**  самооценка и взаимооценка результатов учебной работы, соотношение результатов с поставленной целью.  **Познавательные:**  Анализируют и делают выводы по результатам учебной деятельности.  **Коммуникативные:**  Приходят к общему мнению и формулируют собственное мнение, обобщают пройденное. |