

## Технологическая карта урока

**ФИО учителя:** Авдеева Раиса Владимировна

**Класс:** 9

**Предмет:** Физическая культура

**Тема:** «Общефизическая подготовка средствами игры волейбол». Раздел «Волейбол».

**Тип урока:** Урок с образовательно-тренировочной направленностью.

**Место и роль урока в изучаемой теме:** Урок совершенствования элементов волейбола.

**Формы, приемы, методы:** Методы: словесные (команды, объяснение, сообщение нового материала, указания и пояснения для исправления ошибок и неточностей); наглядные (показ учителем); практические (метод строго регламентированного упражнения); проблемное обучение.

Приемы: сопряженное развитие физических качеств на основе круговой тренировки.

Формы: групповая, индивидуальная, поточная.

**Педагогические технологии:** Технологии: здоровьесберегающая (дозирование нагрузки с учетом физкультурной группы, приемы релаксации), личностно-ориентированная (формирование двигательного опыта с учетом физической и технической подготовленности).

### **Цель урока:**

Предметная: Совершенствование физических качеств, техники верхней передачи, нижней передачи мяча, нападающего удара через круговую тренировку.

Метапредметная: Уметь общаться и взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения упражнений.

### **Задачи урока:**

Образовательная: Закрепить технику верхней передачи, нижней передачи мяча, нападающего удара через круговую тренировку и упражнений в тройках.

Оздоровительная: способствовать укреплению мышц верхнего плечевого пояса, нижнего плечевого пояса, силы рук. Развивать у учащихся физические качества.

Воспитательная: воспитывать целеустремлённость, самостоятельность, упорство в достижении поставленной цели.

Планируемые результаты

Предметные знания, предметные действия	УУД			
	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные	Личностные
<p>1. Закрепить полученные знания о правилах, истории возникновения игры волейбол, через этап круговой тренировки.</p> <p>2. Совершенствовать технику верхней передачи, нижней передачи мяча, нападающего удара через круговую тренировку и упражнений в тройках</p>	<p>Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения. Понимать и принимать учебные задачи, контролировать и выполнять действие по заданному образцу.</p>	<p>Ориентироваться в разнообразии способов решения задач, узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета</p>	<p>Владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.</p>	<p>Формирование положительного отношения к занятиям двигательной деятельностью для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве</p>

Ход урока

№	Этапа урока	Задача, которая должна быть решена(в рамках достижения планируемых результатов урока)	Формы организации деятельности учащихся	Действия учителя по организации деятельности учащихся	Действия учащихся (предметные, познавательные, Регулятивные, коммуникативные)	Результат взаимодействия учителя и учащихся по достижению планируемых результатов урока	Диагностика достижения планируемых результатов урока
1.	Вводная	Начальная	Фронтальн	Приветствие	<b>Познавательные:</b>	Всесторонняя	Планируют

	<p>часть, 7'</p> <p>Актуализация знаний</p> <p>Постановка целей и задач урока</p> <p>Составление плана, стратегии по разрешению затруднения</p>	<p>организация обучающихся. Вступают в диалог с учителем.</p> <p>Высказывают свои предположения по заданному вопросу.</p> <p>Активизировать функциональное состояние организма занимающихся для обеспечения высокой работоспособности. Развитие координационных способностей</p>	<p>ая</p>	<p>обучающихся, отвечают на поставленные вопросы. Выполняют упражнения в ходьбе, соблюдают технику безопасности</p> <p>Слушают учителя. Выдвигают варианты формулировок цели и задач, участвуют в их обсуждении. Дает команду на выполнение комплекса.</p>	<p>Знакомятся с планом, принимают участие в беседе, формулируют задачи. Контролируют и оценивают процесс и результат деятельности.</p> <p><b>Регулятивные:</b> Предвидение уровня усвоения знаний, его временных характеристик. Определять последовательность и приоритет разминки мышечных групп.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки как со сверстниками, так с учителем.</p> <p><b>Предметные:</b> Установить роль разминки при занятиях физическими упражнениями</p>	<p>подготовка организма обучающихся. Подготовить группы мышц верхнего и нижнего плечевого пояса, которые будут участвовать в решении двигательных задач основной части урока. Обеспечить решение специфических задач основной части урока.</p>	<p>свою деятельность в соответствии с целевой установкой, высказывают мнения по существу поставленных задач. Проговаривают предполагаемую цель задачи деятельности на уроке.</p>
2.	<p>Основная часть, 29'</p>	<p>Закрепить технику верхней передачи, нижней передачи мяча, нападающего</p>	<p>Круговая тренировка.</p>	<p>Объяснение станций круговой тренировки – 10 этапов. Время выполнения</p>	<p><b>Познавательные:</b> Формировать мыслительные операции по каждому из этапов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> Самоконтроль правильности выполнения</p>	<p>Совершенствованетехники выполнения элементов в волейболе. Развитие физических качеств. Воспитание</p>	<p>Демонстрируют и контролируют технику выполнения. Корректируют ошибки.</p>

	<p>8 мин.</p>	<p>удара, через круговую тренировку и упражнений в тройках.</p> <p>Развивать у учащихся физические качества, через упражнения в тройках.</p>	<p>Групповая .</p>	<p>одной станции 30 сек. Деление на пары. <b>1 станция.</b>- Отработка нападающего о удара. <b>2 станция.</b> Лежа на гимнастических матах. напротив друг друга, поднимают туловище выполняя верхнюю передачу. <b>3 станция.</b> Запрыгнуть на стэп-платформу прием мяча снизу, принимают после броска товарища по 5 раз и поменялись. <b>4 станция.</b> Сидя на гимнастическом коврике, выполняют</p>	<p>упражнений. <b>Коммуникативные:</b> Находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности. <b>Предметные:</b> Описывать технику изучаемых приемов и действий, повторять и осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки. Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия с волейбольным мячом для комплексного развития физических способностей.</p>	<p>внимания, чувства товарищества, коллективизма.</p>	
--	---------------	--	--------------------	--	---	---	--

		<p>Закрепить полученные знания о правилах, истории возникновения игры волейбол, через этап круговой тренировки.</p> <p>Развивать у учащихся физические качества, через</p>	<p>упражнение ножницы, мяч по ногами.</p> <p><b>5 станция.</b> Работа с ускорением. Стоят друг напротив друга, один выполняет кистевой удар, второй принимает и после с ускорением бежит оббегает конус.</p> <p><b>6 станция.</b> Футбол руками из упора лежа.</p> <p><b>7 станция.</b> Прыжок на двух ногах, через скамейку, прием мыча сверху от партнера.</p> <p><b>8 станция.</b> Партнеры стоят по разные стороны</p>			
--	--	--	--	--	--	--

		упражнения в тройках.		<p>скамейки взявшись за руки по сигналу одного, одновременно выполняют прыжки, один влево, другой вправо.</p> <p><b>9 станция.</b>          Стоят в колонне лицом к стене, последний в колонне бросает мяч в стену, задача первого принять мяч от стены.</p> <p><b>10 станция.</b>  <u>Кроссворд.</u></p> <p>-          Перестраивает обучающихся в колонну по три. Объясняет упражнения</p>			
	2 мин.						
	8 мин.						

				<p>в тройках.</p> <p>1. Обучающийся принимает упор лежа, партнер с мячом прокатывает под стойкой мяч, партнеру, напротив. Каждый по 10р.</p> <p>2. Обучающийся принимает сед углом, ноги лежат на полу, поднимает ноги, как партнер начинает катить мяч по полу. Каждый по 10 раз и меняются.</p> <p>3. Стоят напротив друг друга, середина встает в колонну. Бросок мяча</p>			
	2 мин.						
	9 мин.						

				<p>и побежать за мячом.</p> <p>-Игра теннис с волейбольным мячом.</p> <p>Объяснение и деление на команды.</p>			
	<p>Заключительная часть Рефлексия 4'</p>	<p>Анализ выполнения учебных задач обучающихся</p>	<p>Фронтальная</p>	<p>Какую цель на уроке мы ставили? Удалось ли ее достичь? Что вам помогло? Что мешало работать на уроке? Пригодятся ли навыки, которые вы получили сегодня на уроке в обычной жизни?</p>	<p><b>Предметные:</b> Осваивать начальную форму познавательной и личностной рефлексии</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимать оценку учителя и товарищей.</p> <p><b>Личностные:</b> контроль за физиологическим состоянием организма. Определение собственных ощущений при освоении учебной задачи на уроке.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> развитие умения выразить свою мысль по поводу пройденного материала на уроке.</p>	<p>Обучающиеся анализируют свою работу. Отвечают на вопросы учителя. Анализируют удалось ли достичь цели урока.</p>	

