**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
«Всероссийский детский центр «Алые паруса»**

(ФГБОУ «ВДУ «Алые паруса»)

**Конспект урока по волейболу для 8 класса**

**Тема:**

**«Волейбол. Прием и передача мяч».**

****

Учитель физической культуры:

Джалилова Л.А.

**Евпатория 2024 год**

**План-конспект урока по физической культуре**

**8 класс**

**Тема:** Волейбол. Прием и передача мяча

**Цель:** Освоить основные приемы и передачи мяча.

**Формируемые УУД:**

**предметные:** иметь первоначальные представления о технике приема и подачи мяча. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью общеразвивающих упражнений с мячом и подвижной игры «Подай и попади».

**метапредметные:** принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения. Договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Конструктивно решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

**личностные:** развитие мотивов учебной деятельности, ответственного отношения к порученному делу. Понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек. Бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.

***Тип урока*:** изучение нового материала

***Место проведения:*** спортивный зал «ВДЦ «Алые паруса».

***Инвентарь:*** секундомер, свисток, волейбольная сетка, волейбольные мячи, гимнастическая лавочка, музыкальная колонка.

***Время проведения:*** 40 мин.

***Учитель:*** Джалиловой Л.А.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ части урока** | | **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно-методические указания** |
|  | | **Вводно-подготовительная часть**  **1. Построение.** Организационные команды  Выполнение команд: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!»  *Построение класса: «Становись!». Учащийся стоит прямо, пятки вместе, носки врозь на ширину стопы, ноги выпрямлены; плечи развернуты, живот подтянут, руки опущены; кисти со сжатыми и согнутыми пальцами прижаты к средней линии бедра; голову держит прямо; смотрит вперед. Проверка спортивной формы.*  **2. Строевые упражнения**  Повторы на месте: направо, налево, кругом.  **3. Медленный бег**  **4. Ходьба и восстановление дыхания.**  Разновидности ходьбы: на носках, руки на пояс; на пятках, руки за голову; на внешней стороне стопы; полуприсед, полный присед.  - Класс, на месте стой! Налево!  - На первый-второй рассчитайсь! Первые остались на этой стороне, вторые на противоположную сторону зала шагом марш! Вторые, кругом!  **5. Комплекс ОРУ с мячом** | **8-10-мин**  30 сек  1-2 мин  1-2 мин  1 мин.  1-2 мин.  2-3 мин. | Обратить внимание на наличие спортивной одежды. Голову держать ровно, спина прямая, руки вдоль туловища, грудь вперёд, животы втянуть в себя, ноги вместе, носки врозь, колени прямо.  *Добиться четкого исполнения команд. При выполнении поворотов на месте следить, чтобы учащиеся правильно соблюдали строевую стойку.*  *Медленный, спокойный, без рывков, бег по команде учителя. Обратить внимание на правильное дыхание при беге.*  *Упражнения выполняются в ходьбе по залу в колонне по одному. Дистанция вытянутая рука. По команде преподавателя смена видов ходьбы поточно. Следить за осанкой обучающихся, их внимательностью.*  *Когда ученики проходят по периметру зала, то берут по одному волейбольному мячу.*  *Учитель останавливает класс на длинной стороне зала.*  *Перестроившись таким образом в две шеренги, переходят к разминке.* |
| **II.** | **Основная часть.**  1.Передача мяча сверху двумя руками  2.Передача мяча в парах на всю ширину зала.  3.Передача мяча с отскоком о пол.  4. Передача мяча, в прыжке, с отскоком о пол.  5. Удар по мячу со всей силы.  6. Подброс мяча вверх, с ударом по нему.  7. Передача мяча из-за спины.  8. Три подбрасывания мяча и передача товарищу.  **Игра: "Мяч в воздухе”**  Задание: чья пара дольше продержит мяч в воздухе. Чередование передач и приема мяча в зависимости от траектории его полета.  **Климат контроль!**  **ТБ на уроке волейбола!**  Упражнения на восстановление дыхания и расслабление. | | **20-25 мин.**  2-3 мин.  2-3 мин.  2-3 мин  2 мин.  2-3 мин.  2 мин  1 мин.  1 мин.  3 мин.  2 мин | *Следить за правильным приемом мяча*  Slide5  *Следить за работой рук и ног. Партнер старается поймать мяч на уровне лба, находясь в стойке игрока, и выполняет тоже задание. Следить, чтобы обучающиеся не касались мяча ладонями и, выполняя передачу, не заводили руки за голову. Стараться вытолкнуть мяч вперед-вверх, разгибая руки и ноги. Пальцы должны быть* *слегка разведены и согнуты в форме полусферы. Большие и указательные пальцы образуют треугольник.*  1464042  *Мяч подбрасывать на 0,5- 1 м. Следить за правильной работой рук и ног.*  *Следить за перемещением под мяч.*  *Мяч должен опускаться точно на голову.*  *Точность передачи, постоянно двигаться на полусогнутых ногах.* |
| **III.** | **Заключительная часть**  Спортинвентарь убирается на место  1.Построение  2.Подведение итогов.  **Рефлексия:**  - О чем мы сегодня с вами узнали?  - Чему вы сегодня научились?  - Какими качествами должен обладать волейболист?  - В какой момент вы почувствовали поддержку команды?  - Какие виды деятельности были выполнены более успешно?  Организованный выход из спортивного зала | | **2-5 мин**  2 мин  3 мин | *В одну шеренгу.*  *Учащиеся выполняют дыхательные упражнения. Учитель подводит итоги урока.*  *Разбор ошибок при выполнении упражнения и во время учебной игры в форме диалога.*  *Учитель интересуется, понравился ли урок, какое упражнение вызвало у них наибольшие трудности в выполнении. Желательно похвалить учеников за внимательность, быстроту, взаимопомощь и* *взаимовыручку.*  *Объявить лучших в выполнении упражнений.* |