

Технологическая карта урока физической культуры.

Название предмета	Физическая культура
Тема	Передача мяча сверху двумя руками.
Класс	9 «В»
Тип урока	С образовательно-познавательной деятельностью
Форма организации	Урок с применением смыслового чтения
Технология	Личностно-ориентированная
Цель урока	Выполнение передачи мяча сверху двумя руками. Применять полученные навыки в игре волейбол.
Планируемые результаты:	
Предметные	- Понимание техники выполнения верхней передачи - умение применять изученный материал в двухсторонней игре.
Метапредметные	- формирование навыков читательской грамотности - проявление культуры взаимодействия, терпимости в достижении общих целей при совместной деятельности.
Личностные	- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений.
Место проведения	Спортивный зал
Время урока	45 минут
Наглядность	Карточки с комплексом ОРУ, плакаты с жестами судей в волейболе.
Оборудование	Магнитная доска
Материалы для практической работы	Волейбольные мячи, волейбольная сетка.

Части урока и их продолжительность	Частные задачи к конкретным видам упражнения	Содержание учебного материала	дозировка	Организационно-методические указания
1	2	3	4	5
Вводно-подготовительная часть 12-14 мин.	Обеспечить начальную организацию и психологическую готовность учащихся к уроку	1. построение класса в одну шеренгу, обмен приветствиями	15-20 сек.	Требовать от учащихся быстроты построения в шеренгу и согласованности действий
	Создать целевую установку на достижение конкретных результатов предстоящей на уроке деятельности	2. сообщение темы задач урока занимающихся	10-15 сек.	Обеспечить конкретность, доступность понимания учащихся задач урока
		3. работа по карточкам. Знаю, не знаю	2-3 мин.	Определить уровень знания учащихся в жестах судий в волейболе
	Содействовать концентрации внимания учащихся	- повороты на месте направо, налево, кругом	3-4 поворота	Во время поворотов туловище держать прямо, следить за сохранением дистанций
	Подготовить мышцы стопы и голеностопные суставы, кисти рук к дальнейшей нагрузке	4. движение налево в обход с выполнением различных заданий: - на носках, руки вверх. - на пятка, руки к плечам. - перекат с пятки на носок, руки на пояс.	1-2 мин.	В обход налево, в колонну по одному, соблюдая дистанцию. Обратить внимание на сохранение правильной осанки.
	Постепенная функциональная подготовка сердечно-сосудистой системы и органов дыхания к повышенным нагрузкам. Организовать учащихся для выполнения упражнений в движении. Организовать учащихся для выполнения ОРУ	5. равномерный бег. 6. сочетание видов перемещений: - бег приставными шагами правым, левым боком; - бег спиной вперед; - бег змейкой; - бег со сменой направления; - многоскоки. 7. ходьба с дыхательными упражнениями. На вдох, руки вверх, на выдох вниз. 8. перестроение в движении из колонны по одному, в колонну по два одновременно с поворотом.	5-6 мин. 30 сек. 30 сек.	Следить за дистанцией, правильностью дыхания при беге. Выполнять упражнения четко и точно, при движении спиной вперед смотреть через левое плечо. Следить за правильностью вдоха через нос и выдоха через рот. Учащиеся располагаются на протяжении всей площадки с заданным интервалом.

	Содействовать увеличению эластичности мышечной ткани и подвижности: в суставах шейного отдела позвоночника;	9. ОРУ 1.И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс 1-4 – круговые движения головой вправо-влево.	4 раза	Амплитуда движения умеренная
	в суставах рук и плечевого пояса;	2.И.П.- стойка руки к плечам 1-4 – круговые движения руками вперед 5-8 – назад.	4 раза	Акцентировать внимание на постепенном увеличении амплитуды
	В суставах фаланг пальцев и лучезапястных суставов;	3. И.П.- стойка ноги врозь в «замок», круговые движения вперед, назад.	15 сек.	Разогревание пальцев, суставы кисти производится индивидуально, амплитуда максимальная
	Мышц спины, боковых мышц живота;	4. И.П.- стойка ноги , руки на пояс: 1-2- наклон вправо 3-4- наклон вперед 5-6- наклон влево 7-8- наклон вправо	4 раза	Следить за осанкой, прогибом спины при наклонах вперед
	Мышц спины;	5.И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс: 1-3- наклон вперед 4- И.П.	4 раза	На третий счет руками коснуться пола, ноги не сгибать
	Мышц нижних конечностей;	6. И.П.- выпад правой ногой вперед: 1-3- пружинистые покачивания на правой ноге 4- прыжком смена положения ног 5-8- тоже с левой	4 раза	Следить за выполнением упражнения, спина прямая
	Мышц верхних конечностей.	7. И.П.- упор лежа 1,3- сгибание рук 2,4- разгибание рук	10 раз	При выполнении упражнения следить за положением туловища и головы
		Подготовить учащихся к основной части урока		Вторая шеренга берет мячи
Основная часть 25 мин.	Закрепление навыков верхней передаче двумя руками в парах	Выполнить верхнюю передачу над собой, присесть, коснуться руками пола и выполнить верхнюю передачу партнеру	4 мин.	Партнер, приняв передачу, выполняет тоже упражнение. Контролировать техническую грамотность выполнения приемов.
	Содействовать четкости выполнения элементов: Передача мяча	Один партнер	По 5 раз	Выполнение

	сверху, прием мяча снизу	выполняет передачу сверху, другой-снизу		упражнения чередовать, после нескольких повторений смена задания игрокам.
	Научить взаимодействию игроков в групповом исполнении, добиться четкости передачи мяча партнеру	Верхняя передача мяча стоя спиной к цели	По 5 раз	Игрок делает передачу, партнер ловит мяч и выполняет тоже упражнение.
	Добиваться увеличения скорости перемещений и правильного выхода к мячу	Верхняя передача мяча в шеренгах. Передача мяча со сменой мест.	5-7 мин.	Мячи положить, сомкнуться к направляющим, верхняя передача мяча со сменой мест.
	Ознакомить взаимодействию игроков в групповом задании, добиваться четкости выполнения всех этапов взаимодействия	Верхняя передача мяча через сетку во встречных колоннах.	5-7 мин.	Упражнение выполняется в виде эстафеты, 1 команда и капитан и 2 команда и капитан. Следить за правильностью выполнения упражнения. По окончании упражнения мячи положить и построиться в шеренгу.
	Содействовать усовершенствованию изученного материала.	Игра в волейбол. Деление класса на две команды. Игра по упрощенным правилам	5-7 мин.	Научить вести игру в три касания
Заключительная часть 5-6 мин.	Содействовать быстрому восстановлению дыхания и физического состояния организма учащихся	Упражнение на внимание и восстановление дыхания. По окончании игры все ученики находятся на площадке, по команде выполнять упражнения, затем дыхательные упражнения	3 мин.	Показывать одно упражнение, а говорить другое. Успокаивающее упражнение на расслабление
	Содействовать осмыслению учащимися результативности собственной учебно-познавательной деятельности	Построение и подведение итогов: рефлексия по работе с карточками, оценка степени решения задач, выявление мнений учащихся о результативности их деятельности, обобщение высказываний учащихся, выделение лучших.	2-3 мин.	Стимулировать учащихся к самоанализу результативности собственной деятельности на уроке.

Самоанализ урока.

Предлагаемый урок физической культуры проведен с учащимися 9-го класса.

Раздел программы: волейбол

Тема: Передача мяча сверху двумя руками.

Тип урока: с образовательно-познавательной направленностью.

Технология обучения: личностно-ориентированная.

Форма организации познавательной деятельности: урок с применением читательской грамотности.

Проблема:

Отсутствие интереса к игре волейбол.

Планируемые результаты:

Предметные:

- Понимание техники выполнения верхней передачи
- умение применять изученный материал в двухсторонней игре.

Метапредметные:

- формирование навыков читательской грамотности
- проявление культуры взаимодействия, терпимости в достижении общих целей при совместной деятельности.

Личностные:

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений.

Цель: Выполнение передачи мяча сверху двумя руками. Применять полученные навыки в игре волейбол.

Задачи:

- Совершенствовать учащихся в технике передачи мяча сверху двумя руками.
- Развитие навыков читательской грамотности.
- Содействовать развитию координационных способностей, меткости в передачах мяча.
- Способствовать воспитанию активности, чувства коллективизма и быстроты принятия решения.

Метод: фронтальный, групповой, самостоятельной работы.

Выбор читательской грамотности на данном уроке, обоснован тем, чтобы учебный процесс стал более увлекательным для учащихся и через целенаправленную деятельность ученика, сообразуясь с его личным интересом, решить выявленную проблему. На уроке были представлены следующие этапы смыслового чтения:

- Предтекстовая работа

Учащимся были представлены плакаты с изображением жестов судей в волейболе. У каждого были листочки с таблицей. Каждый учащийся должен был самостоятельно определить, что означают данные жесты и записать в таблице.

- работа с текстом

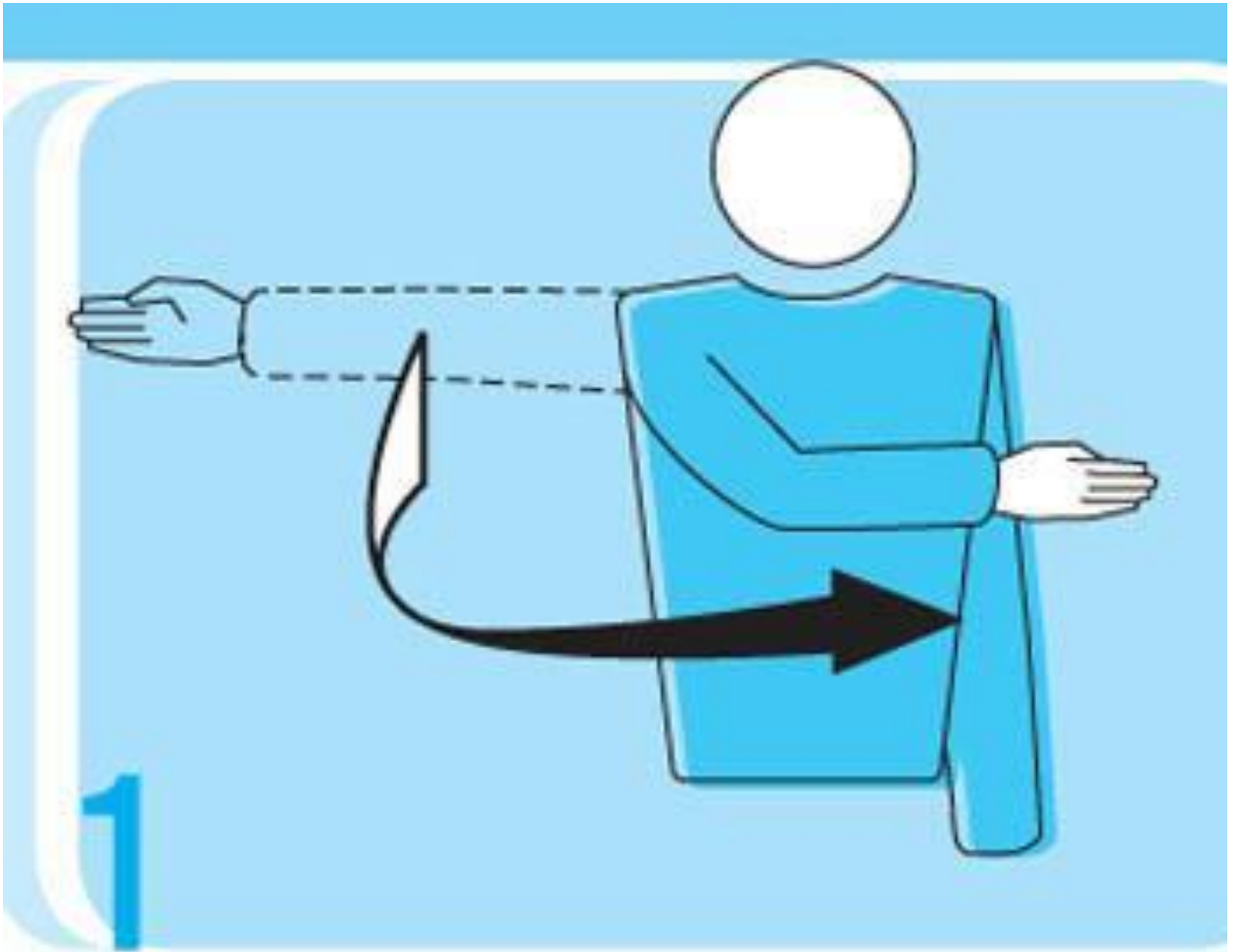
Во время разминки учащимся были даны карточки с комплексом ОРУ. Они должны были по очереди прочитать одно из упражнений и показать его, затем выполнить с остальными учащимися.

- рефлексия и самооценка

В конце урока мы вернулись к плакатам с жестами судей, но на плакатах уже были написаны правильные ответы. Каждый учащийся оценил правильность выполнения своей работы.

Дети анализировали свою деятельность: оценили свои достижения, чувства и эмоции, возникшие в ходе и по окончании работы.

Считаю, что урок своей цели достиг, поставленные задачи выполнены.



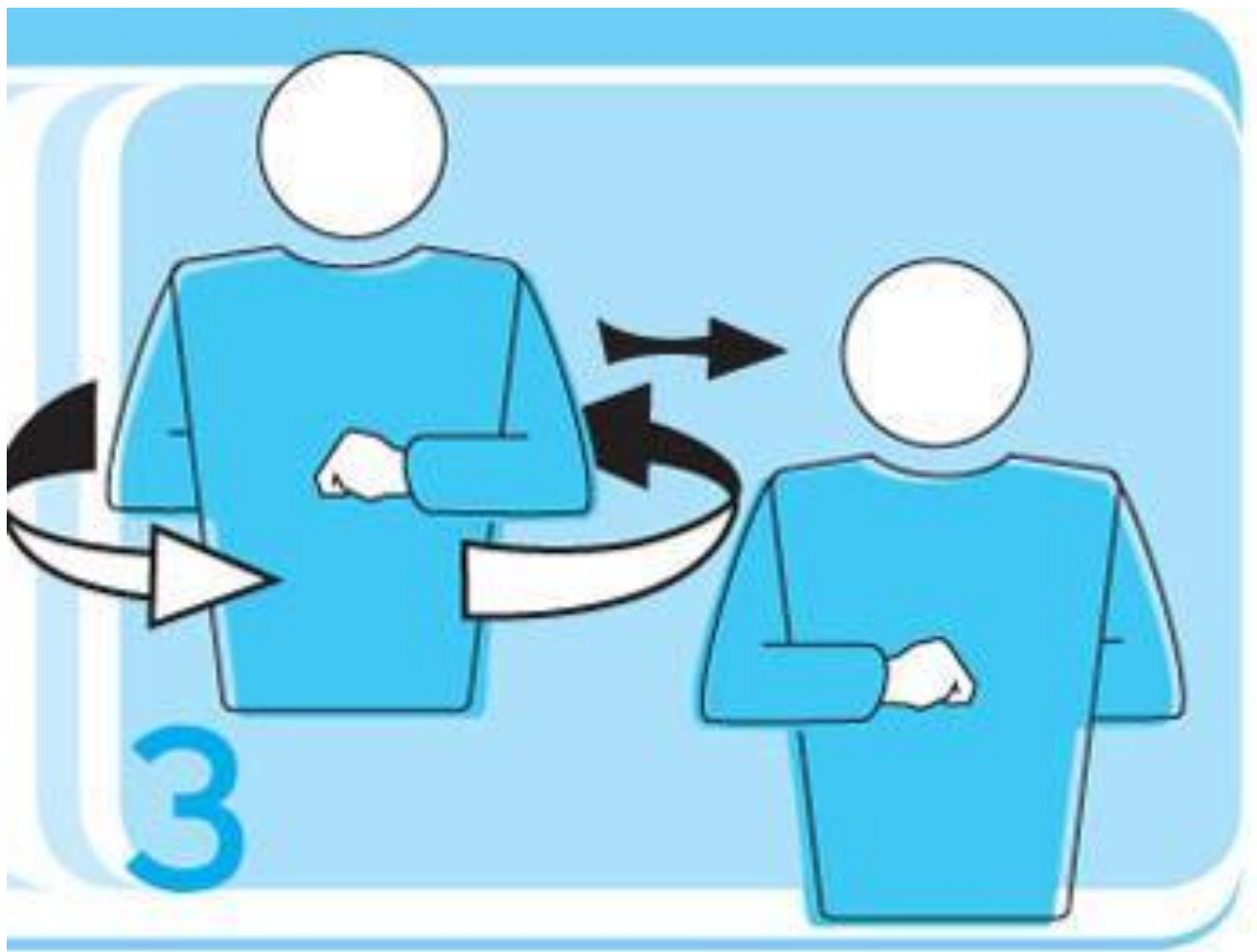
Разрешение на подачу



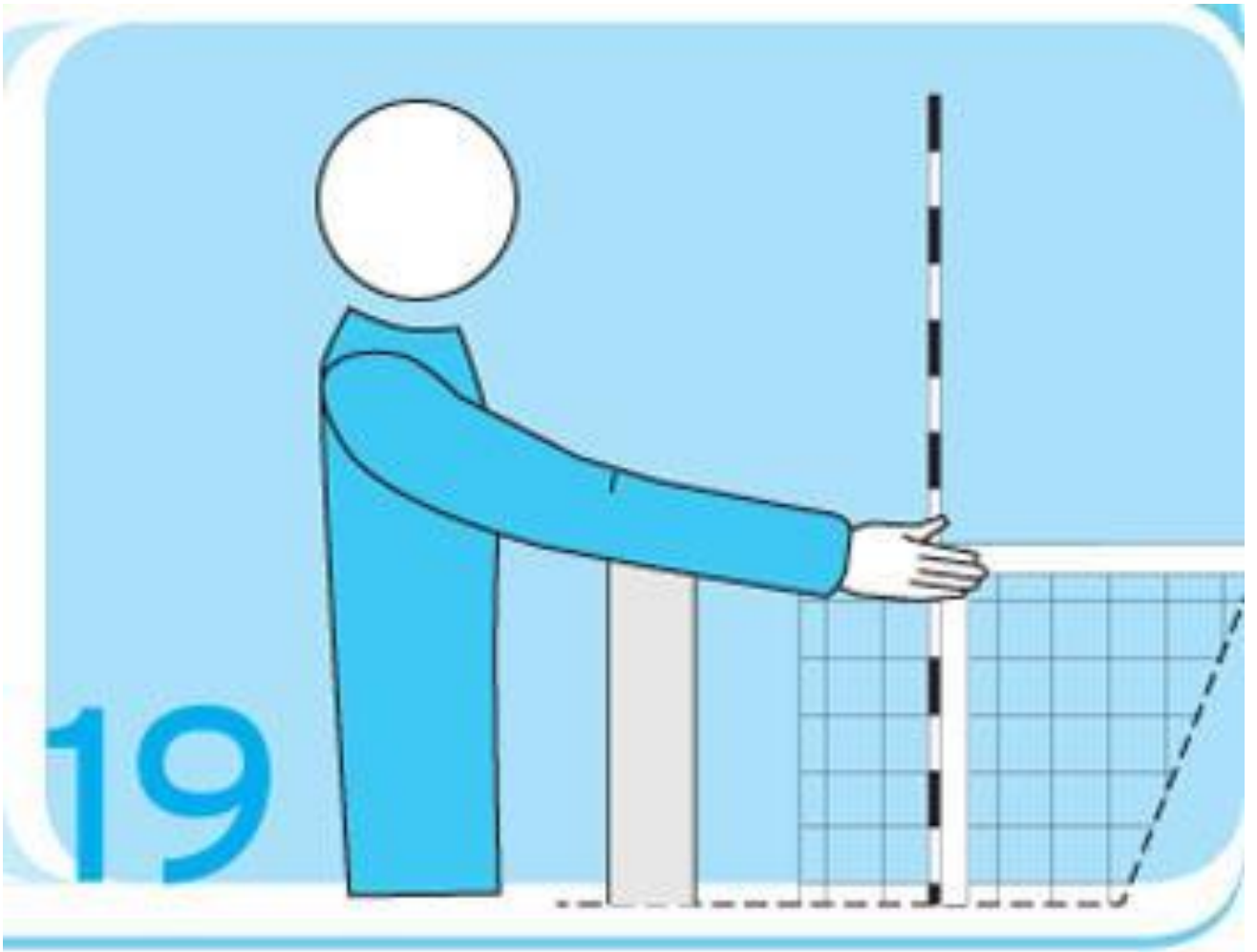
Конец партии (матча)



Мяч за пределами площадки (аут)



Смена сторон площадки



Касание игроком сетки или подача в сетку

1 картинка	2 картинка	3 картинка	4 картинка	5 картинка

1 картинка	2 картинка	3 картинка	4 картинка	5 картинка

1 картинка	2 картинка	3 картинка	4 картинка	5 картинка

1 картинка	2 картинка	3 картинка	4 картинка	5 картинка

1 картинка	2 картинка	3 картинка	4 картинка	5 картинка

ОРУ(общеразвивающие упражнения) на месте:

1.И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс

1-4 – круговые движения головой вправо-влево.

2. И.П.- стойка руки к плечам

1-4 – круговые движения руками вперед

5-8 – назад.

3. И.П.- стойка ноги врозь в «замок», круговые движения вперед, назад.

4. И.П.- стойка ноги , руки на пояс:

1-2- наклон вправо

3-4- наклон вперед

5-6- наклон влево

7-8- наклон вправо

5.И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс:

1-3- наклон вперед

4- И.П.

6. И.П.- выпад правой ногой вперед:

1-3- пружинистые покачивания на правой ноге

4- прыжком смена положения ног

5-8- тоже с левой

7. И.П.- упор лежа

1,3- сгибание рук

2,4- разгибание рук