**МКОУ «Андийская СОШ №2» Ботлихского района РД**

Конспект открытого урока по физической культуре

на тему:

**«ВОЛЕЙБОЛ. Техника выполнения нападающего удара»**

в 7 классе.

Подготовил:

учитель физической культуры

Гаджиев Арсен Будаевич.

**Конспект открытого урока по физической культуре с использованием ИКТ**

**Тема урока**: **«ВОЛЕЙБОЛ. Техника выполнения нападающего удара»**

**Дата проведения:**  20 сентября 2017 года

**Класс:** 7

|  |
| --- |
| **Урок разработан на основе :**   * учебникаФизическая культура. 5-7 классы: под общ. редакцией В.И.Ляха. -5-е изд. М.:2009г. * программыГосударственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов»2012 г. |

**ПЛАН-КОНСПЕКТ УРОКА**

**Цель урока:**

1. Усвоение учащимися основных умений и навыков игры волейбол с использованием ЭОР и ИКТ.

**Задачи урока:**

***Образовательный аспект***

1. Обучение технике нападающего удара;
2. Совершенствование техники передачи мяча

***Развивающий аспект***

1. Развитие ловкости, быстроты, координационных движений.
2. Развитие дыхательной, сердечнососудистой системы и улучшения психоэмоционального состояния.

***Воспитательный аспект.***

1. Воспитание у детей дисциплины и любви к занятиям физической культуры.
2. Формирование внимания и познавательного интереса к использованию ЭОР и ИКТ на уроках физической культуры.

**Тип урока**: комбинированный

**Место проведения:** спортивный зал школы.

**Инвентарь и оборудование:**

* Волейбольные  мячи
* компьютер, мультимедиа проектор, экран, презентация «Техника нападающего удара в волейболе»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ход урока** | | | | |
| ***Часть урока*** | ***№*** | ***Содержание урока*** | ***Дозировка*** | ***Методические указания*** |
| **Вводная часть 15 мин** | **1** | **Построение.**  Сообщение задач урока  Инструктаж по технике безопасности во время занятий в спортивном зале. | 2 мин | Обратить внимание на внешний вид. |
| **2** | **Ходьба** с подбрасыванием мяча впереди:  - спиной, вперед  - приставным шагом правым  и левым боком | 1круг  1круг | Слушаем внимательно задание, соблюдать дистанцию. |
| **3** | **Бег**с подбрасыванием мяча  - с высоким подниманием бедра, мяч держим в согнутых руках впереди.  - с захлестывание голени  мяч держим сзади | 1круг  1круг | Дыхание не задерживать, следить за мячом, коленями  задеваем мяч. |
| **4** | **Прыжки:**  -  на правой  - на левой  - на обеих | 1 круг | выпрыгиваем вверх |
| **5** | **О.Р.У.** с подвижной игрой «Вороны и воробьи» | 6 мин | «Влево в колонну по два марш!». Класс разделить на 2 команды «Вороны» и «Воробьи».  После выполнения упражнения звучит слово «воро-ны»  или «воро-бьи» после этого названная команда догоняет, а другая   4 убегает.  За пойманных, команда получает баллы.  Затем после 8 упражнений подводятся итоги игры. |
| **Основная часть 27  мин** | **6** | Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху в прыжке.  - объяснение и показ   - выполнение упражнения  Выполнить передачи над собой, выпрыгнуть вторую передачу сделать через сетку своему партнеру в прыжке. | 5 мин | Ученики построены в колонны.  Девочки и мальчики отдельно выполняют.  Передачу в прыжке выполнить точно и в наивысшей точке. |
| **7** | ***Компьютерная презентация «Техника нападающего удара в волейболе».***  Краткий обзор содержания темы | 1 мин | Слайд 1,2 |
| **8** | ***Нападающий удар***  -назначение нападающего удара: Самый эффективный способ завершения атаки, именно он чаще всего приносит победные очки  - техника выполнения разбег-напрыгивания. Упражнения для отработки шагов во время нападающего   удара:  - объяснение и показ   - выполнение упражнения | 3 мин | Слайд 3,4  Разбег-напрыгивание включает в себя 2 шага: первый короткий – медленный (выбор направления), второй более длинный и быстрый (ускорение) |
| **9** | ***Техника выполнения удара***  Упражнения для отработки удара по мячу: прыжок, удар по мячу, приземление:  - объяснение и показ   - выполнение упражнения | 3 мин | Слайд 5,6 |
| **10** | ***Техника выполнения удара***  Упражнения для отработки удара по мячу: приземление:  - объяснение и показ   - выполнение упражнения  Обзор возможных ошибок при выполнении удара |  | Слайд 7,8 |
| **11** | ***Нападающий удар после передачи партнера***  - объяснение и показ  - выполнение упражнения  Один из команды у сетки, набрасывает мячи. Остальные выполняют нападающий удар, подбирают  свой мяч и передают его следующему, сами становится в конец колонны. | 5 мин | Класс делится пополам. Колонны выстраиваются на трехметровой линии.  Мячи у игроков в колонне. Они передают мяч игроку, у сетки получают навесную передачу удара и выполняют нападающий удар. |
| **12** | ***Учебная игра***  между командами   уч-ся.  Задачи для учащихся:   * подача мяча в зону 6, * прием подачи игрокам зоны 6, * передача в зону 3, * из зоны 3 навесные передачи для атаки в зоны 2 или 4, * из зоны 2 или 4 нападающий удар. | 10 мин | Следить за правильностью выполнения задач |
| **Заключительная часть**  **3 мин** | **13** | ***Построение***. Подведение итогов урока.  Домашнее задание. | 3 мин | Анализ наиболее часто встречающихся ошибок.  Выполнение подъема туловища из исходного положения, лежа на спине и сгибание разгибание рук в упоре лежа (отжимание). |