**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 урокаИнструктаж 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 правыми левым боком | 1круг1круг | 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 | 1круг1круг | Дыхание не задерживать, следить за мячом, коленямизадеваем 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 упражненияВыполнить 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 3,4Разбег-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 упражненияОбзор возможных ошибок при выполнении удара |  | Слайд 7,8 |
| **11** | ***Нападающий удар после передачи партнера***- объяснение и показ- выполнение упражненияОдин 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). |