**Технологическая карта урока**

**ФИО учителя**: Саттаров Александр Сергеевич

**Класс**: 6

**УМК/Образовательная технология**: Физическая культура 5-7 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений Под редакцией М. Я. Виленского/Здоровьесберегающая технология

**Предмет**: Физическая культура

**Тема**:. Совершенствование нападающего удара в волейболе.

**Тип урока**: Закрепление пройденного материала.

**Место и роль урока в изучаемой теме**: урок обучения и закрепления

**Цель**: Совершенствование техники нападающего удара в волейболе, путем выполнения усложненных вариаций упражнений.

**Задачи урока**:

*Образовательная*: закрепить знания о нападающем ударе путем практических действий;

*Воспитательная*: формировать умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели

*Развивающая*: развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям.

Планируемые образовательные результаты

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Предметные знания, предметные действия | Универсальные учебные действия | | | Личностные |
| регулятивные | познавательные | коммуникативные |
| Обучающиеся усовершенствуют технику нападающего удара.  Развитие скорости и взрывной силы. | Обучающиеся будут уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи и корректировать свои действия на основе сделанных ошибок. Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | Обучающиеся будут строить логически обоснованные рассуждения на простом уровне. Анализировать влияние занятий физической культурой на воспитание положительных качеств личности. | Обучающиеся будут наблюдать, контролировать технику физических упражнений другими обучающимися. | Достижение личностно – значимых результатов в физическом совершенстве.  Готовность ориентироваться на моральные нормы межличностного взаимодействия |

Ход урока

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Этап 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, личностные, познавательные, регулятивные, коммуникативные) | Результат взаимодействия учителя и учащихся по достижению планируемых результатов урока | Диагностика достижения планируемых результатов урока |
| 1 | Подготовительный этап (8 мин.) | Организовать коллектив учащихся класса, овладеть их вниманием.  Введение в атмосферу привычного общения.  Формирование дисциплинированности. | Фронтальная работа | Построение.  Проверка личного состава класса и его готовность к уроку. Оглашение техники безопасности. Постановка целей и задач на урок.  **1. Построение, приветствие, сообщение темы и задачи.**  Выполнение упражнений на профилактику плоскостопия.  **2. Ходьба:**  1) Ходьба на внешней стороне стопы, руки на поясе;  2) Ходьба, перекатываясь с пятки на носок, руки на поясе;  3) Ходьба на носках, руки на поясе;  4) Ходьба на внутренней стороне стопы, руки на поясе;  5) Ходьба на пятках, руки на поясе.  **3. Бег**  А) Медленный бег;  Б) Бег высоко поднимая бедро, руки на уровне пояса;  В) Бег приставными шагами;  Г) Бег с ускорением.  **4. Упражнения на восстановления дыхания.**  На 4 шага в глубокий вдох, на 4 шага выдох.  **5. Общеразвивающие упражнений с волейбольным мячом на месте.**  1) И.П.- стойка ноги по сторонам, мяч перед грудью, наклон вперед, положить мяч на пол; выпрямиться, развести руки в стороны; наклон вперед, взять мяч; вернуться в И.П.  (выполняется 10 раз)  2) И.П.: стойка, мяч вниз; мяч вверх, правая нога назад на носок; вернуться в И.П.; мяч вверх, левая нога назад на носок; вернуться в И.П.  (выполняется 8 раз)  3) И.П.: ноги по сторонам, мяч внизу.  поворот вправо, одновременно ударить мячом о землю, поймать отскочивший мяч; вернуться в И.П.;  поворот влево, одновременно ударить мячом о землю, поймать отскочивший мяч; вернуться в И.П.  (выполняется по 5 раз в каждую сторону).  4) И.П.: стойка, мяч вниз; выпад правой в сторону, мяч на грудь;  вернуться в И.П.;  выпад левой в сторону, мяч на грудь;  вернуться в И.П. | **Л**. Понимание необходимости выполнения упражнений для предупреждения плоскостопия.  **ПОЗ**. Умение распознавать и называть двигательное действие.  **Р**. Умение правильно выполнять двигательное действие  **Р**. Постановка учебной цели занятия.  **Л.** Умение активно включаться в коллективную деятельность.  **Л.** Умение проявлять дисциплинированность.  **П,Р.** Запомнить упражнения.  Р. Умение технически правильно выполнять. двигательное действие.  **Л.** Понимание необходимости выполнения упражнений.  **Л.** Умение самоопределиться с заданием и принять решение по его выполнению. | Постановка цели и задач урока.  Непосредственный контакт с учителем. | Умение активировать внимание к предстоящей работе |
| 2 | Основной этап (30 мин) | Формирование мотивации изучения и закрепления пройденного материала.  Непосредственное выполнение всего тренировочного объема.  Первичная проверка понимания изученного | Фронтальная работа;  Фронтальная работа  Групповая работа.  Фронтальная работа | Развитие умения давать оценку двигательным действиям.  Развивать быстроту и ловкость.  Создание ситуации эмоциональной разрядки.  1) «Наскок»  Для правшей ставим ногу впереди, руки поднимаем перед собой, делаем наскок на пятку правой ноги, руки в этот момент отводятся назад. Подставляем левую ногу к правой ноге, чуть впереди, руками делаем мах вперед и зацикливаем данное упражнение.  2) «Прыжок через лавку»  Левую ногу ставим на лавку, правая нога вслед перешагивает лавку и ставится на пол. Следом подставляется левая нога на пол и производится мах руками вперед и вертикальный прыжок.  3) «Ловля мяча двумя руками в прыжке»  Данное упражнение выполняется в парах.  Один игрок бросает мяч вдоль сетки. Второй игрок, определив траекторию мяча, выполняет наскок и прыжок на опускающийся мяч.  Цель – поймать мяч прямыми руками над собой в максимально возможной для себя высоте.  4) «Отработка движения бьющей руки»  Левую ногу ставят впереди, левая рука согнута в локте, предплечье держим на уровне лба. Левая рука служит ограничителем движения для правой руки. Отводим локоть правой руки назад, кисть разворачивается ладонью вверх. Вместе с локтем разворачивается корпус. Локоть правой руки стараемся не отпускать ниже уха. Далее локоть стартует вперед. Это нужно для разгона предплечья над головой, что придаст хлёсткость удару. Движение удара вперед закончится, когда локоть правой руки придет к левой руке. В этот момент рука полностью выпрямляется в локте и кисть завершает движение, как будто накрывает мяч сверху. | Р Умение организовать собственную деятельность.  Л Умение проявлять дисциплинированность.  К Умение работать в группе.  Л Уважительное отношение к учителю.  Л. Уметь оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам.  Л. Умение активно включаться в групповую деятельность.  П. Развитие скорости и координации движений. | Учащиеся при выполнении упражнения внимательно слушают учителя, выполняют его указания, рекомендации | Учащиеся выполняют упражнение технически правильно. |
| 3 | Заключительный этап. Рефлексия. (2 мин). | Дать самооценку своей работы на уроке.  Отметить отличившихся ребят | Фронтальная работа | Построение в одну шеренгу.  Выражают свое мнение об итогах работы на уроке.  Активное участие в диалоге с учителем.  Составление комплекса упражнений на развитие координационных способностей (3-5 упражнений).  Тест «Ощущение времени».  Тест направлен на успокоение внутренних систем организма и определение чувства времени.  Домашнее задание.  Организованный выход из спортивного зала в одну колонну. | Л. Формирование потребности к ЗОЖ;  Р. Технически правильно выполнять двигательное действие;  ПОЗ. Умение строиться по росту, выполнять простые команды. | Вспоминают ход урока.  Слушают учителя. Отвечают на поставленные вопросы. | Умение высказать своё личное мнение |
| 4 | Итоги и самоанализ урока | **Самоанализ.** Учебный процесс был организован согласно технологической карте занятия, в которой определены цели, задачи и запланированы действия как учителя, так и учеников на каждом этапе, включая формируемые универсальные учебные действия. В зависимости от установленных целей была выбрана соответствующая структура урока, а также методы и средства обучения. Мне удалось активизировать учащихся для достижения поставленных целей, что позволило развить ключевые компетенции: личностную, коммуникативную и познавательную. Перед занятием был подготовлен спортивный инвентарь и подобраны необходимые визуальные материалы, что способствовало повышению интереса к уроку.  Урок стартовал в установленное время, и все ученики пришли в спортивной форме, готовые к занятиям.  Выбор темы, структура и содержание урока способствовали достижению поставленных мной целей и задач. Учебный материал и уровень нагрузки были подобраны с учетом возрастных особенностей, а также физического и психологического развития учащихся.  Урок был построен по следующим этапам:   1. **Подготовительный этап;**   В данном этапе была оценена готовность класса к занятию, а также внимание учащихся и совместная с ними установка цели и задач урока. На этом этапе использовались методы совместного обучения.  Была актуализирована база знаний и навыков учащихся относительно ранее выполненных заданий с целью подготовки учащихся и их организма к основным физическим нагрузкам.   1. **Основной этап;**   В основной части урока акцент был сделан на улучшение техники атакующего удара в волейболе, а также на выполнение упражнений, направленных на развитие координации и гибкости. На этом этапе были применены как традиционные методы, так и здоровьесберегающие технологии, включая объяснительные и репродуктивные подходы.   1. **Заключительный этап.**   На заключительном этапе урока проведена рефлексия, в ходе которой учащиеся оценили свою работу. Домашнее задание предложено по теме развития физических качеств оно не должно вызвать трудностей у учащихся. Помимо этого, провели с учащимися тест на определение чувства времени, что позволило привести в спокойствие возбужденные центры организма учащихся.  Все этапы урока выдержаны. Применены методы   - словесный – объяснение упражнений.  - наглядные – показ упражнений;  - практические – выполнение упражнений.  Мною на уроке были использованы различного рода технологии обучения: традиционная технология, технология групповой деятельности, здоровьесберегающая технология и технология индивидуального подхода.  **Итоги урока:**  1. Урок полностью соответствует нормам ФГОС ООО: решаются задачи, связанные с познанием, развитием, обучением и воспитанием; изучаемый материал ориентирован на личность учащегося, четко прослеживаются ключевые этапы современного урока, используются методы активного обучения, акцентируется внимание на самостоятельной деятельности учащихся. Применяются различные подходы к оценке и самооценке; проводится рефлексия как процесса, так и итогов выполнения заданий. Создаются условия для сотрудничества и взаимодействия среди учащихся.  2. План урока выполнен, достигнуты поставленные цели.  3. Учащиеся имеют представление о методах выполнения заданий по выбранной теме и применяют эти знания для решения коммуникативных задач. Они способны вести монолог и строить диалог с партнером, преодолевая возникающие трудности на пути к достижению поставленной цели. Также они владеют умением самоанализа и способны оценивать свою деятельность  4. Деятельность обучающихся оценена.  5. Развиваются универсальные учебные действия обучающихся.  6. При проведении урока используются здоровьесберегающие технологии. | | | | | |

П – Предметные;

Л – Личностные;

ПОЗ – Познавательные;

Р – Регулятивные;

К – Коммуникативные.