

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
Балаганский Центр Детского Творчества

Утверждаю:  
Директор МБОУ ДО  
Балаганский ЦДТ  
Р.Ш. Юнусов  
23.01.2020 г.



**Открытое занятие по волейболу**

в детском объединении «Спортивные игры»

**ТЕМА: Техника выполнения передачи мяча  
сверху двумя руками.**

**Разработал и провел  
Педагог д/о:  
Пересыпкин Андрей Владимирович**

Балаганск, 2020

**ТЕМА: Техника выполнения передачи мяча сверху двумя руками.**

**ЗАДАЧИ:**

1. Повторение технических приемов игры в волейбол. Учет контрольных нормативов.
2. Воспитание коллективизма, трудолюбия, активности.
3. Закрепление пройденного материала в процессе учебной игры. Привитие навыков ЗОЖ.

**Форма организации деятельности на занятии:** коллективная, индивидуально-групповая.

**Формы занятий:**

- рассказ;
- показ;
- тренировка.

**Методы:**

Методы формирования сознания учащегося;  
Методы формирования деятельности и поведения учащегося;  
Методы стимулирования познания и деятельности.

**Здоровьесберегающие технологии.**

**МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:** спортивный зал

**ИНВЕНТАРЬ:** волейбольные мячи, сетка, свисток, гимнастическая скамейка.

**ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ:** 90 минут

**Дата проведения:** 24.01.2020 г.

**Ход занятия:**

| Части занятия                          | Содержание   | Дозировка                                      | ОМУ (организационно-методические указания)  |
|--|--|--|---|
| <b>I Вводно-подготовительная часть</b> |  | 20 мин.  |   |
|  | 1. Построение<br>2. Рапорт<br>3. Приветствие,<br>4. Сообщение задач<br>5. Строевые упражнения  | 20 сек<br>20 сек<br>20 сек<br>30 сек<br>30 сек | Дежурный строит группу и сдает педагогу рапорт о готовности к занятию. Педагог сообщает задачи занятия. |
|  | <b>2. О.Р.У.</b>   | 18 мин.  |   |
|  | Ходьба:<br>- на носках<br>- на пятках<br>- на внешней стороне стопы<br>- на внутренней стороне стопы<br>- полуприседью<br>- полной приседью  | 2мин.<br><br>1 серия                           | Спину держать прямо,<br>Голову поднять. Идти без переката.  |
|  | - бег по залу<br>- приставным шагом с имитацией верхней передачи мяча правым, левым боком<br>- скрестным шагом правым и левым боком<br>- с высоким подниманием бедра<br>- с захлестом голени назад | 10мин.   | Бежать друг за другом, не обгонять, внимательно слушать команды   |
|  | Комплекс общеразвивающих упражнений на месте.  | 6 мин  | Смотреть картотеку  |

|                                 |   |         |  |
|---------------------------------|---|---------|--|
| <b>II Основная часть</b>        |   | 70 мин  |  |
|                                 | 1. Перемещение с совмещением технических элементов:<br>- приставным шагом с имитацией передачи<br>- бег спиной вперед<br>Челночный бег  | 5 мин.  | Обратить внимание на правильную стойку волейболиста и положением рук для передачи.<br>Руки в плечевом суставе разгибаются полностью, пальцы и кисти рук как можно дольше сопровождают мяч  |
|                                 | <b>2. Верхняя передача мяча двумя руками</b><br>- верхняя передача мяча в парах (напротив друг друга)<br>- передача мяча с 1,6 зоны в 3 зону<br>- то же из 5 зоны<br>- передача из-за пределов площадки   | 10 мин  | Обратить внимание на точность передачи   |
|                                 | <b>2. Прием мяча двумя руками снизу (повторение)</b><br>- прием мяча снизу двумя руками в парах<br>- один партнер выполняет верхнюю передачу мяча, а другой прием двумя снизу<br>- сочетание верхней передачи мяча с приемом снизу<br>- один партнер производит подачу мяча через сетку, другой принимает двумя снизу | 10 мин. | В момент встречи с мячом руки вытянуты вперед, напряжены, кисти соединены вместе, ноги согнуты в коленях, туловище слегка наклонено вперед. Встречное движение сначала начинают ноги, выпрямляясь в коленях, руки позже. Удар по мячу выполняется предплечьем. Ноги после передачи выпрямляются, руки вытягиваются в направлении передачи. Обратить внимание на работу ног |
|                                 | <b>3. Верхняя прямая подача мяча двумя руками</b><br>- подача через сетку<br>- подача в определенные зоны   | 10 мин  | Поточным методом   |
|                                 | 4. Учет контрольных нормативов  | 20 мин  | Задание: розыгрыш мяча на 3 паса. Пас связующему во 2 или 4 зону, атака с 3 зоны. То же, но атака с 6 зоны.  |
|                                 | <b>5. Учебная игра по правилам с заданием.</b>  | 15 мин  |  |
| <b>III Заключительная часть</b> |   | 5 мин.  |  |
|                                 | Построение, подведение итогов   | 2 мин   | Громко, четко  |
|                                 | Домашнее задание  | 1 мин   | Имитация шагов разбега при нападающем ударе  |
|                                 | Сбор спортивного инвентаря  | 2 мин   |  |