**Конспект**

**занятия по волейболу**

**для дополнительного образования учащихся**

**11-12 лет**

Тема:

Изучение основных приёмов и передач мяча в волейболе

Задачи:

1. Разучить приёмы и передачи мяча двумя способами

а) Верхний прием и передача мяча

б) Нижний прием и передача мяча

1. Совершенствование изученных приемов передачи мяча в игре.
2. Развитие чувства коллективизма и интереса к данному виду спорта.

Мест проведения: спортивный зал (24х12)

Инвентарь-оборудование: волейбольная площадка (19х9)

Волейбольная сетка (высота 200х220)

Мяч волейбольный набивной 1 кг, резиновый

Подготовили:

Педагог дополнительного образования - Шпиро Елена Борисовна

Педагог дополнительного образования - Шпиро Владимир Валентинович

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Частные задачи***  ***к конкретным видам упражнений*** | ***Содержание учебного материала*** | ***Дозировка*** | ***Организационно-методические указания*** |
| **Подготовительная часть** | | | | |
|  | Обеспечить начальную готовность учащихся к занятию | Построение в шеренгу | 15-20 сек. | Приветствие. Обратить внимание на внешний вид учащихся |
|  | Создать целевую установку на достижение результатов | Сообщение задач занятия | 15-20 сек. | Обеспечить доступность понимания и конкретность задач занятия. |
|  | Содействовать организованности и внимательности учащихся. | Ходьба в обход зала  - на носках | 10-15 сек. | Следить за осанкой. Дистанция 1 м. |
| - на пятках | 10-15 сек. |
| - на внешней стороне стопы | 10-15 сек. |
| - в полном приседе | 10-15 сек. |
| Содействовать увеличению подвижности в суставах ног и рук. | - с круговыми вращениями кисти | 10-15 сек. | Круговые движения выполнять по максимальной амплитуде |
| - с круговыми вращениями плечевого-локтевого суставов | 10-15 сек. |
|  | Содействовать общему разогреванию и постепенной подготовке организма к работе | Бег в умеренном темпе | 2-3 минуты | Обратить внимание на необходимость самоконтроля за техникой бега и соблюдением дистанции |
| - с подскоком | 20 сек. |
| - приставным шагом (правым, левым боком) | 20 сек. |
| - спиной вперед | 20 сек. |
| - с изменением направления | 1 минута |
|  | Организовать учащихся для выполнения основной части урока | Ходьба с остановкой и поворотом направо (налево) под счет учителя | 10-15 сек. | Ориентировать учащихся на соблюдение дистанции, дисциплинированность |
| **Основная часть занятия** | | | | |
|  | Научить правильному движению рук, кистей, положению пальцев на мяче | Верхний прием и передача мяча |  | Акцентировать внимание на четкость движения рук, правильном расположении кистей и пальцев на мяче. |
| - Встречное движение рук к мячу на месте | 1 минута |
| - Встречное движение рук к мячу в движении | 1 минута |
| - Движение рук и кистей с мячом | 3 минуты |
|  | Научить точности выполнения передачи мяча на месте и в движении, передачи через сетку | - Передача мяча друг другу | 5 минут | Следить за правильным движением рук, кистей на месте, в движении, за точностью передач |
| - Передача мяча из одной шеренги (стоя на месте), из другой с выходом к мячу | 5 минут |
| - Передача во встречных колоннах, с пробежкой в противоположную | 5 минут | Группа делится на 3-4 человека. Следить за точностью передачи мяча |
| - Передачи мяча после передвижений | 5 минут | Группа делится на пары. Один передает мяч то вправо, то влево. Смена после 5-6 передач |
| - Передача мяча через сетку | 5 минут | Не допускать касание сетки мячом, а также любой частью тела |
|  | Научить основной стойке и положению рук. | Нижний прием и передача мяча |  |  |
| - Имитация нижней передачи мяча на месте, в движении | 1 минута | Выполнение двумя руками. Использовать только волейбольные мячи. Следить за правильной стойкой, положением рук. |
| - Передача мяча индивидуально | 5 минут | Группа делится на две шеренги. Ученик одной шеренги выполняет 3-4ередачи над собой (высота 1-2 метра) и передает другому. Акцентировать внимание на правильное движение рук и точность передач. |
|  | Добиться согласованных действий между учащимися. | - Передача мяча в парах | 5 минут | Первая шеренга выполняет передачу, а другая принимает. Через 3-4 передачи над собой учащиеся меняются ролями |
| - Передача мяча в движении | 5 минут | Первая шеренга передает мяч, а другая принимает. Изменять направление передачи. Через 5-6 передач учащиеся меняются ролями. Следить за точностью передач и приемов мяча. |
| - Передача мяча в тройках | 5 минут | Два ученика поочередно передают мяч на третьего. После 10-12 передач меняются ролями. Следить за точностью передачи. |
|  | Добиться правильного выполнения учащимися изученных приемов и передач мяча в игре | Учебная игра | 20-25 минут | Группа делится на команды. Подача мяча пионербольная, разрешено ловить мяч третьим касанием. Первое-второе касания выполнять изученными способами. Нельзя отбивать мяч одной рукой, кулаком. Следить за правильной стойкой, движениями рук и кистей. |
| **Заключительная часть** | | | | |
|  | Содействовать анализу учащимися собственной деятельности. | Построение, подведение итогов занятия | 2-3 минуты. | указать на ошибки. Отметить лучших учеников. |