

Конспект внеклассного занятия «Волейбол» в ШСК «Старт»

Подготовил: Омельченко А.С.,
Тамбовская область, д. Красненькая

Цель занятия: реализация двигательной активности и коррекция моторных нарушений физического развития детей, укрепления здоровья.

Задачи занятия.

Образовательная - повторить технику: верхней, нижней передачи; нижней прямой подачи в игре волейбол. Повторить технику безопасности детей во время игры, провести игру между воспитанниками.

Коррекционно развивающая – продолжать развивать координацию, силу, скоростно-силовые качества. Закрепить определенные понятия, развивать словарный запас.

Воспитательная – прививать интерес к здоровому образу жизни воспитывать дисциплинированность, трудолюбие, ловкость, выносливость, дружеские взаимоотношения в игре.

Место проведения: спортивный зал

Оборудование и инвентарь: волейбольная сетка, мяч, карточки.

Речевой материал: ...подача мяча, мяч волейбольный,
...перестановка, сетка волейбольная, меняемся игровыми площадками.

Ход занятия.

Организационный момент:

Построение учеников в шеренгу, приветствие, проверка наличия формы у ребят.

Тренер (Т):

-Здравствуйте ребята. – Здравствуйте.

(Т): - Дежурный доложи о готовности игроков.

Дежурный (Д):

- Команды построены. К игре готовы.

(Т): - Что мы будем делать?

Ученики (У) - Будем играть в волейбол.

(Т): - Давайте повторим технику безопасности при игре в волейбол.

Повторение техники безопасности:

(Т): - Нужно снять все украшения.

(Т): - Проследить, чтобы шнурки были хорошо завязаны, и была не скользкой обувь.

(У): - Повторяют за Тренером правила безопасной игры.

Разминка:

Тренер проводит разминку. Ориентировочное время разминки-10 минут.

(Т) - Будем выполнять разминку.

Тренер показывает упражнения.

Ходьба:

а) на носках

б) на пятках

Бег:

а) обычный

б) приставными шагами (правым и левым боком)

в) с касанием пяток до ягодиц

г) с прямыми ногами вперед

д) с крестным шагом (правым и левым боком)

е) ходьба с восстановлением дыхания

(Т): - Ребята, сейчас мы с вами сделаем еще разминку для кистей рук и пальцев, для того чтобы не травмировать их при игре. Встаньте в круг и выполняем упражнение «не потеряй мяч».

Мы повторили верхнюю и нижнюю передачу мяча, теперь повторим нижнюю прямую подачу.

Тренер выбирает одного игрока, который остаётся за сеткой, а остальные на другой половине зала и поочередно выполняют подачу.

(Т):

Ребята что мы с вами сейчас делали?

(У): Мы делали разминку.

(Т):

Ребята, ответьте на мой вопрос, для чего мы с вами делали разминку?

(У): - Для того, чтобы «разогреть мышцы».

(У): - Для того, чтобы подготовить организм к последующим упражнениям, к предстоящей игре.

(Т):

- Давайте еще вспомним спортивный инвентарь.

- Обращение к ученику, что это? (У): - Это волейбольный мяч.

- Обращение к ученику, это что? (У): - Это волейбольная сетка.

Основная часть:

Ход игры.

(Т):

- Сейчас будем играть, делимся на 2 команды.
- Команды построились, поприветствуйте друг друга.

(У): - Приветствие

Игра.

- Первая партия окончена, команды меняются игровыми площадками.
- Игра продолжается до 10 очков.
- Игра окончена. Построение и подведение итогов.

Итог занятия.

(Т): - Молодцы ребята, вы играли хорошо, отдыхайте.