

# Раздел «Волейбол» в школьной программе

Елисеев.ВФ учитель  
физической культуры МБОУ  
«СОШ №1» г. Алдан

# Материально – техническое обеспечение

1. Волейбольная сетка поперек зала
2. Волейбольная сетка вдоль зала
3. Волейбольные мячи - 60 шт.
4. Скакалки – 50 шт.
5. Набивные мячи – 1 кг, 3 кг – 30 шт.
6. Мишени на стене, переносные и подвесные кольца, держатели мяча, подставка для блокирования и т.д.

# Методические принципы обучения

Сознательности и активности:

Педагогические правила

1. Постановка конкретных задач
2. Указывать средства для решения
3. Добиваться понимания своих действий
4. Приучаться к самостоятельности в действиях
5. Учить правильно оценивать выполненное движение
6. Использовать ошибку
7. Привлекать в качестве помощников в обучении отдельным элементам, групповодов, судей.

Наглядности:

Педагогические правила

1. Правильный показ
2. Применение образных сравнений
3. Использование имеющегося двигательного опыта
4. Выделение в упражнениях главной фазы и узловых элементов
5. Применение приемов конкретизации действий особенно при тактических заданиях (звуковые сигналы, зрительные ориентиры)

## Доступности и индивидуализации:

### Педагогические правила

1. Соблюдать и учитывать оптимальную меру доступности при обучении конкретному упражнению
2. От известного к неизвестному
3. От легкого к трудному
4. От освоенного к неосвоенному
5. Учитывать (пол, возраст, состояние здоровья, уровень специальной физической подготовленности, степень развития двигательных качеств)
6. Уровень специальной и физической подготовленности
7. Степень развития двигательных качеств

Систематичности:

Педагогические правила

1. От главного к второстепенному
2. От простого к сложному
3. Соблюдать преемственность и последовательность

# Методические приемы обучения

1. Облегчение условий выполнения упражнений
2. Раздельное и последовательное выполнение частей сложного упражнения
3. Временное выполнение в более трудных условиях
4. Выполнение упражнения в контрастных условиях

5. Использование зрительных и звуковых ориентиров
6. Использование идеомоторного метода выполнения
7. Использование метода анализа выполненных действий
8. Использование метода последовательного переключения внимания

# Проблемное обучение

Примерные вопросы:

1. Почему в волейболе стойка игрока имеет особо важное значение?
2. Почему незначительное сгибание рук в локтевых суставах способствует повышению точности верхней передачи?
3. Какая зависимость между силой принимаемой подачи и степенью сгибания ног в коленных суставах?
4. Имеет ли значение при атакующем ударе движение другой руки?
5. Почему при подаче находится впереди разноименная бьющей руке нога?

# Типичные ошибки

Стойка игрока:

1. Неподходящая для игрового приема стойка
2. Руки находятся слишком близко к корпусу
3. При перемещении соединены ладони
4. Отразив мяч, застыли на месте

## Передача предплечьями:

1. Слишком высоко подняли руки, так что потом они взлетели выше плеч
2. Согнулись в поясе, а не в коленях, в результате пас слишком низкий и короткий
3. Не перенесли вес тела вперед, в результате мяч не полетел в сторону сетки
4. В решающий момент разъединили ладони
5. Мяч ударился о руки выше локтевого сустава

## Передача сверху:

1. Мяч коснулся ладоней и произошла его «задержка»
2. Мяч пошел вертикально вверх, а не по навесной траектории
3. Мяч пошел закрученным
4. Мяч улетел через сетку

## Атакующий удар:

1. Прыгнули в сетку
2. Мяч попал в сетку
3. Мяч полетел по дуге
4. Мяч полетел в аут

# Результативность

1. Обеспечивается высокий уровень техники волейбольных двигательных действий
2. Обеспечивается возрастание уровня развития физических качеств
3. Повысился интерес к дополнительным внеклассным занятиям по волейболу

**Спасибо за внимание!**