

## **Тема: План – конспект урока по физической культуре**

*Раздел программы: Спортивные игры*

**Тема урока:** Баскетбол. 5класс.

**Дидактическая цель урока:** Создать условия для осознания и осмысления блока новой учебной информации.

Форма организации: индивидуальная, фронтальная, парная, групповая.

**Задачи урока:**

**I. Образовательные.** Способствовать закреплению и совершенствованию умений и навыков ведения, передачи. Способствовать формированию представления об игре в баскетбол.

**II. Развивающие.** Способствовать развитию физических качеств (ловкости, быстроты координационных способностей).

**III. Воспитательные.** Способствовать воспитанию умения управлять собой, работать самостоятельно, взаимодействовать в коллективе.

**Тип урока:** урок повторения, образовательно-познавательной направленности.

**Форма организации учебной деятельности:** фронтальная, индивидуальная, парная.

**Методы обучения:** информативно-развивающий, метод целостного и целостно-расчлененного разучивания, метод подводящих упражнений, метод выполнения в стандартных и нестандартных условиях, игровой.

**Место проведения:** Спортивный зал.

**Оборудование:** баскетбольные мячи, свисток, секундомер, фишки-ориентиры, экран, компьютер, проектор.

Планируемый результат:

**Предметные умения:**

-освоение двигательных действий (ведения, передачи) путем переосмысления уже изученных движений;

-выполнение двигательных действий в нестандартных условиях.

Личностные умения: - формирование ответственного отношения к учению, готовности к саморазвитию и самообразованию;

-формирование коммуникативной компетенции в общении и сотрудничестве.

Метапредметные универсальные учебные действия

Регулятивные: - осуществление регулятивных действий самонаблюдения, самоконтроля, самооценки в процессе коммуникативной деятельности.

Познавательные: - выбор эффективных способов решения учебной задачи;

- освоение подводящих упражнений к игре в баскетбол;

-рефлексия.

Коммуникативные: - умение работать в паре и группе;

-умение разрешать конфликты.

Части урока	Частные задачи	Ход урока	Дозировка	Методические указания
Подготовительная 15 минут	Организация начала урока.	<p>1. Построение, приветствие.</p> <p>2. Информация о баскетболе. - Какой раздел ф.к. - изучаем. - Ролик о баскетболистах на Олимпиаде 2012 года. - Что нужно знать и уметь, чтобы научиться играть в баскетбол?</p> <p>3. Формулирование цели урока. Класс перестроить в две шеренги. - Какие технические приемы мы уже знаем? (стойка баскетболиста, передвижения, остановка прыжком, и еще начнем работу над остановкой двумя шагами, повороты, ловля и передача мяча, ведение).</p> <p>4. Разминка <b>Ходьба:</b> - на носках, руки в сторону - на пятках руки вверх - на внутренней стороне стопы - на внешней стороне стопы <b>Бег:</b> - бег в среднем темпе, разминая кисти - приставными шагами «змейкой» правым, левым боком; по диагонали спиной вперед приставным шагом</p> <p>Игра «Светофор» - «зеленый» - бег; - «красный» - остановка «прыжком»; - «Желтый» - остановка двумя шагами</p>	<p>30сек</p> <p>2 минуты</p> <p>1 минута</p> <p>30 секунд</p> <p>1 минута</p> <p>1 минута</p> <p>1 минута</p>	<p>Настроить на активную деятельность учащихся.</p> <p>Ребята сами ставят цель.</p> <p>Смотрят на экран и повторяют на месте.</p> <p>Следить за осанкой учащихся. (Проф-ка плоскостопия, здор. сб. технологии)</p> <p>Соблюдение дистанции</p> <p>Объяснить правила. Отметить, кто ни разу не попал в аварию. <u>Честно оценить себя.</u> Критерии- оценки: Без аварий- 5 1 – 4; 2 – 3.</p>
	Подготовка к нагрузке Проф-ка плоскостопия.			
	Социализация реб. интегр. С ОБЖ			

<p>Сов-ть техник у владения мячом</p> <p>Зак-ть техник у ост-ки б/б</p> <p>Применение упр. в измен.ситуации</p>	<p><b>Жонглирование в движении:</b></p> <p>-Вращение вокруг туловища и головы</p> <p>- «Восьмерка» вокруг туловища</p> <p>- «Восьмерка» между ногами, мяч катить по полу</p> <p>- Перекладываем мяч под ногами на каждый шаг</p> <p>- В глубоком приседе – перекладывать мяч с руки на руку вверху</p> <p><b>ОРУ на месте:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п. стойка баскетболиста, мяч в руках, внизу.</li> </ul> <p>1-4 «Восьмерка» (шея, туловище, колени);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п. то же, мяч в руках сзади,</li> </ul> <p>1-3 ударом в пол передать мяч вперед и обратно</p> <p>2-4 и.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п. стойка на коленях, мяч внизу</li> </ul> <p>1-2 прокатить мяч за спиной, садясь на пятки,</p> <p>3-4 и.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п. стойка на коленях, мяч внизу</li> </ul> <p>1-2 садясь на пятки, поворот туловища направо, укрывая мяч.</p> <p>3-4 и.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п. – сидя на полу ноги вперед, мяч в руках</li> </ul> <p>1-3 мах правой (левой ногой) передать мяч в левую (правую) руку</p> <p>2-4 и.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п. – сидя на полу, ноги вперед, упор на предплечьях, мяч зажат ногами</li> </ul> <p>1-2 поднять прямые ноги</p>	<p>6 - 8 раз</p> <p>6 - 8 раз</p> <p>6 -8 раз</p> <p>6-8раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>6-8 раз</p> <p>по 3 раза правой, левой рукой</p> <p>6-8 раз</p>	<p>Взять мячи. Правило (закон) - свисток- мяч в руки, не стучать.</p> <p>ОРУ в кругу. Стойка баскетболиста</p> <p>« укрывание мяча»</p> <p>Стараться не сгибать ноги</p> <p>Ноги прямые.</p> <p>Спина прямая.</p>
---	---	---	---

		<p>3-4 и.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п. упор на правой ноге, левая - в сторону, мяч в правой руке</li> </ul> <p>1-3 перенос веса тела на левую ногу, перекачивая мяч в левую руку</p> <p>2-4 и.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п.- сидя на полу ноги вперед, мяч в правой руке</li> </ul> <p>1-3 встать с ведением правой (левой) рукой</p> <p>2-4 и.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п. - стойка баскетболиста, мяч в руках внизу</li> </ul> <p>1-3 подбросить мяч вверх, хлопок в ладоши, поворот на 180 градусов</p> <p>2-4 и.п.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>И.п. стойка баскетболиста, мяч в правой (левой) руке</li> </ul> <p>1-4 Прыжки со сменой ног с ведением.</p> <p>Вы готовы к основной части урока?</p> <p>Перестроение учащихся в две шеренги лицом друг к другу, на расстоянии 3- 4м</p>		<p>Бросок выполнить строго вертикально, полностью разгибая руки</p> <p>Правильная ловля мяча (раскрытыми ладонями)</p> <p><u>Поворот на одной ноге</u></p>
<p>Основная часть урока 27 минут</p>	<p>Советы техники ловли, передачи мяча.</p>	<p>5. Упражнения с баскетбольными мячами в парах.</p> <p><b>1.Передача, ловля мячей двумя руками</b> в парах на месте, одновременно</p> <p>1) от груди, с ударом в пол; 2) левой, правой рукой;</p>	<p>по10 передач (кто выполнит мяч в руки)</p>	<p>Осмысленное выполнение упражнений. Мяч удерживать пальцами рук, а не ладонями. Выполнять передачу мяча быстро и точно на уровне груди партнёра. Выполнять передачу мяча стоя на месте в</p>

	<p>Сов-ть техник у ведени я мяча. Зак-ть техник у передв ижения в защ. стойке.</p>	<p>3) от груди двумя рукам « <b>Игра кто быстрее</b>» выполнить 10 передач правильно и быстро, поднять мяч вверх. 4) от груди с поворотом</p> <p><b>3. Ведение мяча правой, левой рукой с последующей передачей.</b> 1) ведение мяча до партнера, ( обвести дальней рукой) и обратно, остановка «прыжком» поворот - передача мяча. 2) ведение – 2 шага - передача ( отступить на место в защитной стойке). 3) ведение навстречу друг другу, перевод, остановка прыжком, поворот.</p> <p><b>4. Игра «Считалочка»</b> (ведение на месте и в движении (свободное ведение по залу), выполняя математические действия).</p> <p><b>6.Игра «Челнок»</b></p>	<p>2мин</p> <p>7 минут</p>	<p>Фиксация ошибок, демонстрация правильного выполнения.</p> <p>стойке баскетболиста. Подвести итоги игры.</p> <p>Поворот и укрывание мяча</p> <p>Поворот в сторону сзади стоящей ноги, т.е «укрывание мяча»</p> <p>Ведение - толкая мяч в пол, используя движения пальцев и кисти. Не бить по мячу ладонью. Ведение одноименной рукой.</p> <p>У каждого мяч. Объяснить правила игры.</p> <p>Построить класс в шеренгу по одному. Объяснить правила игры. Класс делится на три команды, (белые, синие, красные). Следить за выполнением правил игры, подвести итоги.</p>

<p>Заключительная 3 минуты</p>		<p>Построение в одну шеренгу. Рефлексия.</p> <p>Домашнее задание.</p> <p>Выполнение Д.З. - «кричалка» на тему баскетбол, физкультура, спорт. Например, «Физкультура, ура, ура!», «Будущее России – наша детвора, баскетболу физкульт. Ура!</p>	<p>Выполнили ли мы нашу поставленную цель урока? Чему научились? У кого достаточно хорошо получаются технические элементы? - получаются, но не все? -надо еще поработать? Умение действовать в команде. Д.З.Повторить правила и жесты судьи: пробежка, двойное ведение, фол. Найти новые - правило 3-х секунд, правило 5 секунд, что такое штрафной бросок? «Построить флаг России»</p>
--------------------------------	--	--	---

