План-конспект урока физической культуры по разделу «Баскетбол» для учащихся 5 класса

**Тема урока:** « Технические элементы баскетбола. Ведение мяча».

**Метапредметная тема:** взаимосвязь с другими видами спорта

**Цель урока:** сформировать у обучающихся знания и навыки игры баскетбол

**Задачи урока:**

I. Образовательные.

1. Знакомство с основными приёмами игры в баскетбол.
2. Формирование навыков техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди
3. Освоение техники ведения мяча в движении.

II. Оздоровительные и развивающие

1. Развивать физические качества
2. Развивать точность и координацию движений
3. Формировать умение выделять главное и анализировать полученную информацию.

III. Воспитательные

1. Воспитывать умение взаимодействовать в группе.
2. Воспитывать самостоятельность, ответственность и взаимовыручку

**Тип урока:** формирование новых знаний

**Технология:** личностно-ориентированное обучение

**Место проведения:** спортивный зал

**Инвентарь:** баскетбольные мячи, конусы, ноутбук, проектор, экран.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Частные задачи | | Содержание | Дозирование нагрузки | | Организационно-методические указания |
| **I Подготовительная часть (15м)** | | | | | |
| 1. Организовать детей к уроку. 2. Побудить познавательный интерес к теме. 3. Настроить учащихся на сотрудничество и работу в парах. 4. Подготовить функциональные системы (дыхательную, сердечно-сосудистую, костно-мышечную) учащихся к работе в основной части урока. 5. Развивать внимание, укреплять мышцы рук, ног, брюшного пресса, спины. | | **Построение. Приветствие.**  - Здравствуйте ребята! Я рад видеть вас на своём уроке. Надеюсь, вы проявите активность и самостоятельность  **Сообщение темы:**  - Тема нашего урока зашифрована в загадке. Слушаем внимательно и заканчиваем последнюю строчку!  В этом спорте игроки,  Все ловки и высоки.  Любят в мяч они играть,  И в кольцо его кидать.  Мячик звонко бьет об пол,  Значит, это... (баскетбол!)  И так, тема нашего урока: «Баскетбол». Но мы с вами пока ещё только знакомимся с основными элементами этой игры. Сегодня мы познакомимся с техникой ведения мяча, научимся правильно его водить.  Ведение мяча, или, как во всем мире его называют, дриблинг, является основой основ баскетбола. Хороший дриблер — это игрок, свободно вла­деющий мячом как правой, так и левой рукой.  Давайте посмотрим небольшие видеофрагменты, где увидим, как управляют мячом лучшие игроки.  Сегодня мы поучимся дриблингу при помощи подводящих упражнений.  А сейчас я попрошу вас построиться и мы начинаем.  **Ходьба** с заданиями  -на носках;  -пятках;  -внутренней и внешней стороне стопы.  **Бег** в среднем темпе с заданиями:  -приставными шагами правым и левым боком;  -скрестными шагами правым и левым боком;  -бег спиной вперёд;  **Ходьба** с восстановлением дыхания.  **Ходьба** в полуприседе, приседе.  Перестроение через центр в колонну по два. Поворот лицом друг к другу.  **ОРУ в парах**  1). ИП - упор лёжа лицом друг к другу- поздороваться каждой рукой.  2). ИП - упор лёжа лицом друг к другу, хлопнуть поочерёдно рукой по плечу поднимая противоположенную ногу.  3). ИП упор лёжа- прыжком в упор присев- ИП  4). ИП –упор присев-прыжок вверх.  **Упражнения с мячами**  1). Броски мяча с левой руки на правую.  2). Бросок мяча вверх хлопок, поймать мяч.  3). Перевод мяча в левую и правую стороны вокруг туловища.  4). «Восьмёрка» перевод мяча вокруг ног. | 30 с  1м 30с  3м  1м  4м  30с  30с  30с  30с  30с  30с  30с  30с  30с  30с | | Построение в шеренгу, обратить внимание на форму, внешний вид. С самого начала учителю быть доброжелательным, улыбаться и уместно шутить.  Заканчивать строчку вместе с ребятами.  Показ видеофрагментов с дриблингом.  Перестроения, команды для передвижения по залу. Соблюдение дистанции при выполнении упражнений. Следить за дыханием.  Напомнить правила ТБ. Настроить на плодотворную работу.  Мяч не касается туловища, ног, и пола. |
| **II Основная часть (26м)** | | | | | |
| 1. Изучить способы ведения мяча. 2. Познакомить учащихся с техникой ведения мяча. 3. Способствовать осознанию учащимися важности внутри-, и межпредметной связи. | | **Работа учащихся в парах при осуществлении взаимо и самоконтроля.**  **1.Ловля и передача мяча двумя руками от груди в стойке игрока.**  - имитация выполнения ловли и передачи мяча  - ловля и передача мяча двумя руками от груди на оптимально удобном расстоянии  - ловля и передача мяча двумя руками от груди с отскоком от пола на оптимально удобном расстоянии.  **2. Ведение мяча**  - ведение мяча на месте в стойке игрока (после 10-15сек передача партнёру, менять руку)  -ведение мяча в положении присев (после 10-15сек передача партнёру, менять руку)  -ведение мяча в положении седа (после 10-15сек передача партнёру, менять руку)  -ведение мяча шагом в сторону партнёра, обвести партнёра, вернуться на место.  - ведение мяча бегом в медленном темпе, постепенно увеличивая темп.  **3.Баскетбольные эстафеты.**  - эстафеты с ловлей и передачей мяча двумя руками от груди во встречных колоннах со сменой мест  - эстафеты с ловлей и передачей мяча двумя руками от груди, с отскоком от пола во встречных колоннах со сменой мест  - эстафеты с ведением мяча. | | 6м  10м  10м  2м  2м  6м | Напомнить задачи, форму работы (один из пары в роли учителя)  Обратить внимание учащихся на технику безопасности.  Отметить типичные ошибки: нет стойки игрока, плавное движение руки, кисти во время ведения.  Напомнить технику безопасности при проведении эстафет.  Объяснить основные правила |
| **III Заключительная часть (4м)** | | | | |
| 1. Провести самоанализ деятельности. 2. Провести рефлексию деятельности. 3. Задать домашнее задание и организованно закончить урок. | **1 . Подведение итогов урока:**  **-** Ребята, подводя итоги урока, пожалуйста, осмыслите ещё раз свою деятельность: мы сегодня изучали ведение мяча. Конечно, при этом также развивали физические качества. Кроме этого давайте ответим на вопрос в каких видах спорта нужен дриблинг?  (футбол, хоккей и т.д.)  **2**. **Рефлексия:** -какие упражнения были сложны, а какие более доступны? Важны данные умения для баскетболиста?  **3.Домашнее задание.**  -Выполнять упражнения для укрепления мышц спины и рук. Это обычные сгибания и разгибания рук в упоре лёжа.  **4. Напутственное слово.**  **-**Мне было очень приятно и интересно работать с вами. Понравилась ваша активность, творчество. Думаю, что полученные знания и умения вы будете применять в жизни.  Спасибо за урок! | | 1м 30с.  1м 30с  1м | Учащиеся организованно уходят из зала. |