**План-конспект урока по физической культуре для 7 класса по ФГОС.**

**Тема: «Разучивание передачи мяча двумя руками от груди в движении против защитника (баскетбол)»**

**Тип урока:** предъявление новых знаний.

**Основные цели:**

1) сформировать представление о способе передачи мяча в парах в движении против защитника в баскетболе;

2) тренировать умение ловли и передачи мяча в баскетболе на месте и в движении; ведение мяча на месте, остановку и поворот по звуковому и зрительному сигналу, передвижение в стойке баскетболиста;

3) повторить знания правил баскетбола, техники выполнения двигательных действий; понимание значения двигательной активности;

4) развивать осознанное отношение к своему организму и двигательной активности, качества личности: дисциплинированность, коммуникабельность и толерантность.

**Инвентарь:** баскетбольные мячи.

**Ход урока**

***1. Мотивация к учебной деятельности.***

− Построение. Выполнение команд. «Равняйсь! Смирно!»

− Вы хотите научиться играть в баскетбол? (Да, хотим!)

− Вам в этом помогут консультанты – учащиеся старших классов. Сегодня на уроке вы продолжите выполнять элементы баскетбола. Как вы учитесь познавать новое? (Повторим имеющиеся знания, выполним пробное действие, зафиксируем затруднение…)

− С чего начинается каждый урок физической культуры? (С разминки.)

− Для чего нужна разминка? (Чтобы разогреть мышцы и подготовить организм к предстоящей нагрузке; чтобы не было травм; чтобы правильно выполнить основные элементы.)

***2. Актуализация знаний и фиксация индивидуального затруднения в пробном действии.***

Физиологическая подготовка – ходьба, бег. Бег змейкой. Бежать в колонне, соблюдая дистанцию (2−3 круга). Ходьба (1 круг).

О.Р.У. в ходьбе. Энергичнее вращение. Руки стараться не сгибать.

а) Вращение рук (6−8 раз).

б) Исходное положение (И.п.) – руки в замок. Перед грудью – вращение кистями рук (6−8 раз).

в) И.п. – кисти рук у плеч. Вращение вперед, вращение назад (6−8 раз).

г) И.п. – руки в стороны. Вращение вперед, вращение назад (6−8 раз).

− Какие мышцы разогрели? (Мышцы рук.)

− Какие еще группы мышц необходимо размять? (Мышцы ног.)

Беговые упражнения.

а) Бег, высоко поднимая колени. Медленно продвигаясь вперед, чаще и выше поднимая колени.

б) Бег с захлестыванием голени назад.

в) Подскоки. Выше, помогая себе руками.

г) Приставной шаг левым, правым боком.

д) Бег спиной вперед.

е) Передвижение в стойке волейболиста, баскетболиста.

− Какие разновидности бега могут встретиться в играх? (Бег спиной вперед, приставным шагом, просто бег, передвижение в стойке баскетболиста.)

− Разминка закончена! К выполнению каких элементов сейчас приступаем? (К элементам баскетбола.)

− Остановка по свистку во время бега. Выполняем повороты с вышагиванием (4−5 раз).

− На какой ноге делаем вышагивание? (На опорной ноге.)

− Какая нога называется опорной? (Нога, которая первая встала на пол после остановки.)

− Остановка по зрительному сигналу во время бега − поднятая рука (4−5 раз).

−Можно ли отрывать опорную ногу? (Нет. Если нога отрывается, будет нарушение правила «Пробежка!»)

− Как в баскетболе выполняется передача двумя руками от груди? (Одна нога впереди, другая сзади, руки вытянуты вперед. Как только мяч коснется ладоней, руки сгибаются, мяч подтягивается к груди, нога назад. Затем делается шаг вперед, руки разгибаются и отталкивают мяч вперед.)

− Можно ли отрывать опорную ногу? (Нет, при отрыве нарушение правил игры.)

− Выполняем передачу.

Учащиеся выполняют передачу двумя руками от груди. Консультанты исправляют ошибки: локти расставлены в стороны, стоят на прямых ногах.

− Ведение мяча на месте. Какой рукой можно вести мяч? (Правой или левой.)

− Можно ли вести мяч двумя руками? (Нет. Будет нарушение правила «Двойное ведение».)

− Как правильно ведется мяч на месте? (Если ведется мяч левой рукой, впереди стоит правая нога. Мяч толкается рукой вниз, чуть впереди себя, закрывая корпусом от противника.)

− Выполняем ведения на месте. По свистку делаем передачу.

Консультанты исправляют ошибки: локти расставлены в стороны, стоят на прямых ногах.

− Перестроение в колонну по два за лицевой линией.

− Передача мяча в парах в движении. Сколько можно делать в движении шагов с мячом в руках? (Два. Если больше, будет нарушение правила «Пробежка».)

− Как нужно передать мяч в движении? (Мяч передается вперед, на ход игроку.)

− Выполняем передачи в парах в движении.

Выполнение упражнения. Консультанты исправляют ошибки: неточная передача, слабый полет мяча

− Как называется игрок, владеющий мячом? (Нападающий.)

− Как называется игрок противоположной команды, не владеющий мячом? (Защитник.)

− Теперь вы выполните пробное задание: передача мяча в парах в движении при наличии защитника (1−2 раза).

На противоположной стороне зала ставится защитник-консультант. При выполнении упражнения защитник не позволяет пройти нападающему.

− Кто не смог выполнить задание?

− Что вы не смогли сделать? (Мы не смогли передать мяч в роли нападающих, так как защитник мешает передаче мяча.)

***3. Выявление места и причины затруднения.***

− Какое задание вы должны были выполнить?

− Почему защитник мешает передаче мяча? (Он защищает свое кольцо и перехватывает мяч.)

− Защитника пройти можно? (Конечно! Но нужно уметь!)

− В чем причина вашего затруднения? (Мы не знаем, как передавать мяч, чтобы защитник его не смог перехватить.)

***4. Построение проекта выхода из затруднения.***

− Какую цель вы поставите перед собой во второй части урока? (Узнать, как передавать мяч, чтобы защитник его не смог перехватить, и научиться приемам передачи мяча, минуя защитника.)

− Как будет звучать уточненная тема урока? («Передача мяча, в движении, минуя защитника».)

− Какие средства вы выберете для достижения цели? (Если у нас есть консультанты, можно выбрать наблюдение за их выполнением и его анализ.)

− Каков будет ваш план работы? (1. Внимательно пронаблюдаем выполнение передачи мяча нашими консультантами. 2. Проведем анализ выполнения передач. 3. Пронаблюдаем выполнение передачи учащимися класса. 4. Проанализируем и сравним с выполнением консультантов. 5. Составим алгоритм действий для выполнения передач.)

− Я согласна с вашими предложениями.

***5. Реализация построенного проекта.***

− Для удобства наблюдения и повышения эффективности анализа предлагаю разбиться на группы по 4−5 человек. Сейчас посмотрим, как это задание выполнят консультанты.

Показ старшеклассниками – консультантами.

− Как нужно сделать передачу, чтобы обыграть защитника? (Быстро бежать. Резче делать передачу. Сделать передачу, не добегая до защитника или сразу за его спиной, можно с отскоком в пол.)

− Составим правило выполнения передачи:

1. Быстро бежать.

2. Сделать передачу

* + не добегая до защитника;
	+ резкую;
	+ за его спиной;
	+ с отскоком в пол.

− Молодцы! Ваши предложения? (Еще раз посмотреть выполнение передачи нашими консультантами.)

− Пожалуйста.

Показ старшеклассниками – консультантами.

− Сейчас ваша очередь выполнить передачу по правилу «Обыграть защитника».

Выполнение учащимися. Исправление ошибок (3−4 раза).

− Сравните показ старшеклассников и только что увиденный элемент. Почему защитник перехватил мяч? (Медленно бежали, слабо делали передачу; передача выполнялась близко от защитника.)

− Что теперь нужно сделать? (Потренироваться.)

− Выполняем следующий шаг учебной деятельности.

***6. Первичное закрепление во внешней речи.***

− Сначала проговорите в парах технику выполнения передач, демонстрируя друг другу положение рук, ног и корпуса. Затем выполните несколько раз.

Проговаривание учащимися друг другу правила действий.

− Следите за ногами, сколько делаете шагов. Точно делайте передачу.

Выполнение учащимися передачи, исправление ошибок.

− У всех получается? (Намного лучше стало получаться.)

− Молодцы! Следующий шаг? (Самостоятельная работа с самопроверкой.)

***7. Самостоятельная работа с самопроверкой по образцу.***

− Ваши предложения по проведению? (Каждый выполняет по три передачи. Затем в качестве образца просматривает выполнение передачи консультантами, самостоятельная оценка выполненного элемента, согласование оценки с консультантом. В случае разногласия – обратиться к учителю.)

− Я согласна с вашими предложениями по проведению. Вношу лишь одно дополнение. Сохраните группы и работайте в них.

Выполнение учащимися элемента с самоанализом и самооценкой.

− Поднимите руки те ребята, у которых были затруднения.

− Молодцы! Вы критично относитесь к освоению элементов баскетбола. На следующих уроках вы обязательно будете дальше учиться выполнять передачи.

− Поднимите руки, кто доволен своей оценкой?

− На следующих уроках, я надеюсь, поднятых рук будет больше.

***8. Включение в систему знаний и повторение.***

− Предлагаю поменяться местами и продолжать отработку умения.

Выполнение передачи учащимися. Ученики меняются местами.

− Для чего нужно меняться местами при выполнении передачи в движении? (Игрок должен уметь выполнять передачи и с левой, и с правой стороны.)

− Закончили выполнять. Готовимся к игре.

Дальше можно провести баскетбол.

***9. Рефлексия учебной деятельности.***

− Что нового вы узнали сегодня на уроке? (Правила передачи в баскетболе: два нападающих против одного защитника.)

− Как вы узнавали новое? (Мы понимали, в чем наша трудность, выводили новые правила и учились их применять.)

− Как вы открывали новые правила? (Мы смотрели на консультантов, анализировали их действия.)

− Пригодятся ли новые знания элементов в играх? (Конечно.)

− Класс в целом работал хорошо, я вами довольна. Мне бы хотелось, чтобы вы оценили каждый свою деятельность на уроке. Кто может сказать про себя, что работал с полной нагрузкой и доволен собой, сделайте два шага вперед.

Учащиеся делают два шага вперед.

− Кто достаточно трудился, но не использовал свои возможности, сделайте один шаг вперед.

Учащиеся делают один шаг вперед.

− Тот, кто остался на месте, сделайте вывод. Что бы вы хотели изменить на следующем уроке?

Всем спасибо за урок.