**План-конспект**

**открытого урока по физической культуре в 5 «В» классе**

**с использованием ЭОР.**

Раздел программы: Баскетбол.

**Тема:**

Передача мяча двумя руками от груди. Бросок мяча одной рукой от плеча с места.

**Задача урока** : 1.Обучение технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди на месте в круге.

2. Обучение технике броска одной рукой от плеча с близкой точки с отскоком о щит на месте и в движении после двух шагов.

3. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции, способность к согласованию отдельных движений в целостной комбинации).

4.Формирование потребности, интереса и эмоций учеников к игровым занятиям.

**Инвентарь и оборудование :**  мячи баскетбольные, свисток, компьютер, запись музыки.

**Дата проведения** : 17 февраля 2014 год.

**Место проведения и время** : спортзал ГБОУ СОШ № 519,

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Части урока** | **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно-методические указания** |
| Подготовительная часть 10 минут | Построение, приветствие, сообщение задач урока. Повороты на месте.  Ходьба:  А) на передней части стопы  Б) на пятках  В) перекатом с пятки на носок  Бег:  А) медленный,  Б) приставными шагами правым боком в стойке б/б.,  В) приставными шагами левым боком.  По ходу движения все учащиеся берут мячи.  Упражнения с мячом на месте:  А) передача мяча с руки на руку вокруг головы 1-4-влево  5-8-вправо | 1-2 мин.  1м 30с.  30сек  30сек  4мин | Отметить отсутствующих, причину не занимающихся.  Руки в стороны.  Руки за головой.  Руки на поясе.  Держать дистанцию.  Менять стороны по сигналу (свисток).  Несем мяч под рукой.  Движения только руками и кистью. |
|  | Б) передача вокруг туловища:  1-4-влево  5-8-вправо  В) передача мяча между ногами в выходе:  1-4-выход левый;  5-8-выход правый.  Г) ведение на месте:  1-4-левый;  5-8-правый.  Поворот «Направо!». По ходу движения учащиеся кладут мячи. |  | Передавать с руки на руку. Нельзя обкатывать туловище!!!  «Рисуем восьмерку» мяч передаем из руки в руку.  Ведем мяч раскрытой кистью, работая ногами. Ведем впереди – сбоку. Нельзя только впереди себя перед ногами. |
| Основная част 30 минут | Класс делится на 3 команды.  Для ознакомления техники передачи  мяча двумя от груди ученикам демонстрируется видеоролик.  После просмотра видеоролика учитель демонстрирует сам и с помощью подготовленных учащихся.  1.Обучение технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди по кругу.  А) показ и рассказ учителя.  Б) передача двумя руками от груди по кругу через одного игрока на технику выполнения.  В) передача двумя руками до потери мяча.  Г) игра «Мяч капитану» .  2. Бросок мяча на месте с отскоком о щит и в движении после ведения с выполнением двух шагов.  Для ознакомления техники броска одной от плеча с отскоком о щит учащимся демонстрируется видеоролик.  После просмотра учитель показывает сам, а затем подготовленные учащиеся.  А) Бросок мяча с места с отскоком о щит.  Б) выполнение два шага без мяча с последующей имитацией броска.  В) выполнение два шага с ударом мяча.  Г) бросок мяча после ведения с двух шагов.  Д) эстафета с броском мяча с двух шагов. | 10  1-2  3  2  2  16-18  2-3  2-3  4-5  4-5 | Адрес ссылки: <http://yadi.sk/d/nmqDhF9UJFPLJ>  Первый шаг правой ногой, второй шаг левой ногой, на левой выпрыгиваем вверх: имитируем бросок одной рукой от плеча.  Удар мяча в пол - ловля мяча-шаг правый-шаг левый-прыжок вверх на левой ноге - бросок в щит в правый верхний угол.  .  Адрес ссылки: <http://yadi.sk/d/7sSGtD7dJFPZD>  Следить за согласованной работой ног и рук. |
| Заключительная часть 3-5 минут | Построение. Подведение итогов урока. Выставление оценок.  Вопрос о Олимпиаде в Сочи. | 3-5 |  |