**Конспект урока 7А класс, 1 четверть 17 урок, 18.10.11г.**

**Задачи урока:**

1. Обучение технике передачи двумя руками от груди, одной рукой от плеча.
2. Развитие ловкости, координации, прыгучести.
3. Воспитание активности, внимательности, коллективизма.

**Технологии:** здоровьесберегающие, спортивно-ориентированная, развивающего обучения, игровые

**Тип урока:** обучающий.

**Метод проведения:** фронтальный, групповой, соревновательный.

**Место проведения:** физкультурный зал.

**Инвентарь:** баскетбольные мячи, манишки; учитель Муталупова Л.Ю.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно-методические указания** |
| **I.** | ***Подготовительная часть***  | ***10 мин.***  |   |
|  | 1. Построение, сообщение задач урока | 2 мин. | Дежурный сдает учителю рапорт о готовности класса к уроку |
| 2. Расчет на 1-2 | 3 мин.     | 2-ые номера одевают манишки«руки на пояс»«руки за головой»класс делится на 2 команды |
| 3. ходьба с заданием: |
| 1) на носочках |
| 2) на пяточках |
| 3) на внешней стороне ступни |
| 4. Индивидуальные упражнения с мячом: | 5 мин.       | по ходу каждый берет мячУпражнения выполняются в двух шеренгах. Набор упражнений готовят 3 ученика. По выбору учителя проводит один. Следить за правильностью выполнения каждого упражнения. |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| **II.**      | ***Основная часть***  | ***28 мин.***  |   |
|  игра « Курица и ястреб» | 7 мин.     |  Движение приставными шагами |
| игра «Отруби хвост» | Иры проводятся одновременно |
|  |  |
| **1. передачи** | Обратить внимание на технику выполнения: держание, сопровождение и ловлю мячаhttp://festival.1september.ru/articles/530279/img3.gif |
| И.п. стоя у стены: передача мяча двумя руками от груди | Ученики стоят в метре друг от друга. По команде все выполняют передачу мяча сверху. Последний бежит вперед между игроками с ведением мяча.http://festival.1september.ru/articles/530279/img4.gif |
| **2.** **Передача в парах на месте:**1) двумя руками от груди;2) одной рукой от плеча;3) ведение на месте, ловля двумя руками, передача двумя руками от груди;4) ведение на месте, ловля двумя руками, передача одной рукой от плеча. | 6 мин. | Обратить внимание на правильное исходное положение, устойчивое положение ног, согласованность в работе рук и ног (одновременное их разгибание) и заключительную работу кисти.http://festival.1september.ru/articles/530279/img5.gif |
| **3. Передача мяча в движении:** 1-й: ведение – остановка – передача одной рукой от груди (бежит в конец команды напротив);2-й: бежит вперед (одновременно с первым) – остановка – ловля мяча – ведение (отдает мяч, встает в конец колонны). | 7 мин. | Команды перестраиваются в четыре колонны, друг против друга.При остановке оттолкнуться левой ногой и приземлиться на две ноги, поймав одновременно мяч двумя руками. Вид передачи по заданию учителя.http://festival.1september.ru/articles/530279/img6.gif |
| Подвижная игра «10 передач». | 8 мин. | Игроки команды, владеющей мячом, стараются сделать между собой 10 передач, не отдавая мяч противнику. После этого игра останавливается. Мяч передается пострадавшей команде. |
| **III.**   |  ***Заключительная часть*** | ***2мин.***  |   |
| 1. Построение, подведение итогов урока. | 2 мин. | Домашнее задание: выпрыгивания из низкого приседа с отягощением. |