Государственное бюджетное образовательное учреждение

специальная (коррекционная) общеобразовательная

школа-интернат V вида №28

**Конспект открытого урока**

По физической культуре

Тема: « Элементы спортивных игр и их сочетания. Баскетбол. ».

4 «А» класс

Учитель физической культуры

Ромашина Ю.С.

2013-2014 уч.г.

 План – конспект открытого урока в 4 «А» классе.

Тема: Элементы спортивных игр и их сочетания. Баскетбол.

Цель: Совершенствовать навыки владения мячом посредством совместных игровых упражнений и подвижных игр.

**Задачи:**

 *Образовательная*: совершенствование техники ведения и передачи мяча 2-я руками от груди.

 *Коррекционно-развивающие*: корригировать-развивать навык взаимодействия учащихся, ловкость, внимание, координацию.

 *Воспитательная*: воспитывать чувство коллективизма и осознанное отношение к здоровому образу жизни.

 *Здоровьесберегающие:* способствовать выработке правильной осанки, укреплению мышц стопы и дыхательных мышц.

Инвентарь: малые мячи, баскетбольные мячи, конусы.

Место проведения: спортивный зал.

Тип урока: обучающий.

Методы обучения:   фронтальный, групповой, поточный, игровой.

Время проведения 45мин.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части урока | Содержание | Время  Мин. | Организационно-методические указания. |
| 1.Вводно-подго-товительная часть.  (5 мин.)  2.Подготови-тельная.  (7 мин.)  3. Основная часть.  (25 мин)  3.Заключите-льная часть.  (7 мин.) | 1.Построение, приветствие.  2.Сообщение задач урока.  3. Повороты переступанием.  1) на право, налево 360\*  2)игра на внимание, используя повороты.  4. Упр. на осанку у стены.  1. Ходьба по кругу в колонне по одному.  1)на носках, на пятках с различным положением рук.  2)с высоким подниманием колен, руки на поясе.  2. Подскоки.  3. Ножницы.  4. Бег.  1)По кругу в колонне по одному.  2)С изменением направления.  3)С поворотом на 360\*.  4)С остановкой по сигналу.  5)Приставными шагами в стойке баскетболиста правым и левым боком.  5. Подвижная игра «найди себе пару», (взявшись за руки, спина к спине, плечем к плечу).  6. Упр. на восстановление дыхания.  1.Перестроение в колонну по два по точкам приставными шагами.  2.Комплекс ОРУ с малым мячом.  1)И.П.основная стойка, мяч в правой руке. Поднять руки вверх через стороны, передать мяч в другую руку и вернуться в И.П.  2)Передача мяча вокруг головы.  3) И.П.основная стойка, рука перед грудью, вращение мяча вокруг руки от себя и к себе.  4)И.П. широкая стойка, руки в стороны, мяч в правой руке. Передача мяча в левую руку, в правую.  5)И.П. основная стойка, мяч в правой руке. Передача мяча вокруг туловища.  6)  И.П. – широкая стойка в полуприсяде, мяч в правой руке на уровне колена. Вращение мяча вокруг ног «восьмёркой»  7)И.П. основная стойка, мяч в руках. Раз-наклон вперед, мячом коснуться пола. Два - упор присев. Три - выпрямить ноги в коленях. Четыре - и.п.  8)И.П. широкая стойка. Наклон вниз, прокатываем мяч по полу восьмеркой вокруг ног.  9)И.П. сед ноги вместе. Раз – мяч вверх. Два – наклон вперед положить мяч на ноги. Три – упор сзади. Четыре – поднять ноги и перекатить мяч.  10)И.П. сед ноги вместе. Раз – поднять прямую ногу. Два – передача мяча под ногой в другую руку. Три – и.п.  11)И.П. сед ноги вместе. Поднять одновременно две ноги и прокатить мяч по полу в другую руку.  3. Раздать баскетбольные мячи. Работа в парах :  1)И.П. широкая стойка. Перекатить мяч по полу в парах 4 раза. Смена мест бегом и продолжить упр.  2)Прокатить мяч вокруг партнера не отрывая руки от мяча и перекатить мяч партнеру.  3)И. П. стойка баскетболиста, передача мяча от груди партнеру с отскоком об пол в парах 4 раза. Смена мест бегом и продолжить упр.  4)И.П. стойка баскетболиста, прямая передача мяча от груди 4 раза. Смена мест бегом и продолжить упр.  4. Перестроение в одну шеренгу на расстояние вытянутых рук за боковую линию. Мяч в руках.  1)Ведение мяча двумя руками с отскоком об пол. Коснуться мячом стены, обратно шагом.  2)Ведение мяча правой рукой по прямой. Коснуться мячом стены, обратно шагом.  3) Ведение мяча левой рукой по прямой. Коснуться мячом стены, обратно шагом.  4)Прокатить по прямой мяч, обогнать его и поймать. Обратно шагом.  5) Бросок мяча в цель от груди двумя руками.  5. Подвижная игра « Цвета»  По сигналу «зеленый цвет» дети бегут в зеленую зону, «красный» - в красную. Последний выбывает и т.д.   1. Коммуникативная игра «Змея»   Дети стоят в кругу. Выбирается 2 ведущих. Ведущий подходит к любому игроку и говорит слова – « я змея, змея, змея, я ползу, ползу, ползу , будешь моим хвостом?»  Ребенок говорит «буду» пролезает между ног ведущего и встает сзади. Ведущий направляется к следующему.  Выигрывает, тот у кого змея длинней.   1. Построение, подведение итогов урока. | 1мин.  30сек.  1мин.  1.5мин.  30сек.  3 мин.  4 мин.  8 мин.  7мин.  5мин.  2мин.  3мин.  5мин.  2мин. | Основная стойка. Проверить осанку.  Кто ошибается - делает 5 приседаний.  Коснуться стены-пятки, лопатки, ягодицы.  Во время ходьбы и бега следить за осанкой, соблюдением дистанции, техничным выполнением упражнений в движении.  Сигнал подаётся свистком или хлопком, затем звучит команда для выполнения следующего задания в беге. Характер остановок по сигналу оговаривается заранее. Например, поднять  руки через стороны вверх.  Принять стойку баскетболиста, руки в локтях сильно не сгибать!     Выдыхая ртом со звуком У-У-Ф! выдох должен быть длиннее вдоха.  Руки в стороны.  «радуга» при передаче смотреть вверх.  Не касаться руки мячом.  Пятки от пола не отрывать, руки прямые на уровне плеч.  Развитие «хватки мяча» Мяч к себе не прижимать, не ронять на пол.   Согнутые колени.  Упр. выполняется синхронно. Коснуться мячом пола.  Постараться не потерять мяч.  Прямые колени.  Поднятая нога, прямой носок.  Спина прямая.  Ноги прямые, наклон ниже. Прокатывание двумя руками.  Упр. делать медленно.  Руки полностью выпрямляются вперед - вниз, движение кистей и пальцев уточняет направление полета мяча  Обратить внимание, чтобы рука была прямая во время передачи. При ловле мяча руки «корзиночкой».  По сигналу.  Мяч при отскоке не поднимается выше пояса.  Мяч ведется сбоку - спереди правой, левой рукой.  Ведение выполняется толчкообразными движениями кисти за счет сгибания и разгибания руки в локтевом суставе и мягкого, направляющего толчка пальцами  Выбрать правильную скорость мяча.  Друг за другом.  Выигрывает тот кто не разу не выбыл.  Игра выполняется шагом. Ребенок может отказаться быть хвостом змеи.  Руками держится за пояс ведущего «паровозик».  Контроль осанки.  Сообщение результатов урока. |