*

 МБОУ «Экимчанская СОШ»

План - конспект урока по физической культуре
в 4 классе
«Баскетбол»

Подготовила:

учитель физической культуры

 Ивашко Елена Анатольевна

***Тема урока:*** ПЕРЕДАЧИ МЯЧА В БАСКЕТБОЛЕ

***Цель урока:*** Формирование двигательных умений передачи мяча от плеча в баскетболе.

**Задачи урока:**

**Образовательные:**  создать условия для обучения технике передачи мяча от плеча, совершенствовать ведение мяча на месте; в движении.

**Воспитательные:**  способствовать воспитанию трудолюбия, активности,

Развивающие: способствовать развитию координации, внимания, быстроты;

**Оздоровительные:** способствовать оздоровлению всех систем организма, укреплению вестибулярного аппарата, опорно-двигательного аппарата.

***Планируемый результат:*** проявлять дисциплинированность, трудолюбие; умение активно включаться в общение со сверстниками; умение анализировать свои действия, исправлять ошибки при выполнении упражнения;

***Тип урока:*** обучающий

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

***Место проведения:*** спортивный зал

Оборудование и инвентарь: баскетбольные мячи, 3 поворотные стойки, видеопроектор, ноутбук.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Содержание материала | Дозировка | Методические указания |
| I | ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ1)Построение, сдача рапорта, сообщение задач урока. 2) Строевые упражнения на месте (повороты нале\_во 1-2,  напра\_во 1-2,  круг\_гом 1-2!)«Налево в обход по залу шагом\_марш!» а) Упражнения в ходьбе: - обычная; -  с хлопком руками спереди и сзади;- на носках;- на пятках;б) Бег: - обычный; - с высоким подниманием бедра; - с захлестыванием голени; - приставными шагами левым боком, правым боком; - с изменением направления движения; - обычный. «Шагом марш!, упражнения на восстановление дыхания», по ходу движения разбор  б/мячей.в) Перестроение в три шеренги: «На 6, 3, на месте---рассчитайсь!»3)ОРУ на месте с  б\мячом:3.1 ИП: стойка ноги врозь, мяч в обеих руках внизу; 1-правую назад на носок, руки вверх, прогнулись; 2- И.П. 3-4 -то же, только другой ногой. 3.2. ИП: ноги врозь, руки с мячом вперед1-2 – повороты вправо, мяч к груди.3-4 – то же, в другую сторону 3.3.  ИП: широкая стойка, руки на пояс, мяч на полу перед собой; 1- наклон вперед, взять мяч; 2 – стойка, руки с мячом вверх3 – наклон вперед, мяч положить на пол4 –И.П.3.4- ИП: стойка, ноги шире плеч, руки с мячом вперед; 1-3- пружинящие выпады  вправо; 4-ИП. (То же влево.) 4) Подводящие упражнения: 4.1. Вращение мяча вокруг талии, головы, ног (вправо, влево)4.2. «Восьмерка» вокруг ног (влево, вправо)4.3. «Радуга» руки в стороны мяч в правой руке.  | 15 мин2-3 мин2 мин 5 мин3-4 раза4 раза4 раза4 раза6 разпо 10 разпо 10 раз10 раз | Организация учащихся на урок, подготовка организма к предстоящим нагрузкам.Обратить внимание на внешний видОдновременное, четкое выполнение упражнений.Спина прямая, голову поднять.Дистанция два шага. Туловище не наклонять. Т.Б. при беге.Руки согнуты в локтевом суставе перед собойРуки сзади на тазобедренном суставе.Положение тела «Стойка баскетболиста»По свистку поворот и бег в противоположном направленииРуки на пояс, плечи развернуть, глубокий вдох----выдох«6» -  6 шагов, «3» -  3 шага, «на месте» - стоят на местеНоги, руки прямые, прогнуться.Руки на уровне плеч.Ноги в коленях не сгибать, спина прямая.Выпад глубже, спина прямаяУдержать мячВращение, мяч не ронятьПеребрасывание, мяч не ронять |
| II | ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ2) Обучить правильной технике передачи мяча от плеча:А) демонстрация техники с помощью презентации; Б) показ движения в целом;В) передачи мяча в тройках:- правой, левой  рукой;(анализ правильности выполнения упражнений)2) Повторить технику ведения мяча на месте:- левой рукой;- правой рукой;3) Эстафеты. | 25-27 мин15 мин5 мин7 мин | Выполнение основных задач урокаПроверить правильное держание мяча. Выполнение упражнения на 3 счета. Проверка правильности держания мяча у стены – близко подойти к стене, локоть напротив плеча, предплечье касается стены под прямым углом, мяч у виска головы)Следить за стойкой, избегать хлопков по мячу;Приложение № 1 |
|  | ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ1)Игра “Минутка”. Все учащиеся построены в одну шеренгу. По сигналу учителя они закрывают глаза и отсчитывают одну минуту. Тот, кто считает, что минута истекла, делает шаг в перед. 2)Построение, подведение итогов.3)Домашнее задание: подготовить эстафеты с ведением и передач мяча. | 3-5 мин1 мин.2 мин. | Восстановление организма, подведение итогов урока.Перестроить класс  в одну шеренгу.Игра на развитие временного ориентирования. Выделить учащихся точнее выполнивших это задание. Похвалить детей,  которые выполнили все поставленные задачи, выставление оценок, организованный выход из зала. |

Приложение № 1

Эстафеты

 1. Бег с ведением мяча правой (левой) рукой вокруг стойки и обратно, передача мяча от плеча правой (левой) рукой от штрафной линии.

1. Бег спиной вперед с ведение мяча правой (левой) рукой до лицевой волейбольной линии, поворот, передача мяча от стенки, бег лицом вперед с ведение мяча.

1. Бег спиной вперед с ведение мяча правой (левой) рукой до лицевой волейбольной линии, поворот, передача мяча от стенки, бег лицом вперед с ведение мяча.

try { var yaCounter1334867 = new Ya.Metrika(1334867);} catch(e) { }

