**Конспект урока физической культуры в 5 классе.**

**Тема урока: Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой, в движении шагом**

**Задачи урока:**

1. Обучение технике ловли и передачи мяча в движении; совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении шагом

2. Развитие гибкости, скоростно-силовых качеств, координации.

3. Воспитание внимательности, трудолюбия, коллективизма, привитие интереса к занятиям физической культурой.

**Тип урока**: обучающий.

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

**Место проведения**: спортивный зал.

**Инвентарь:** баскетбольные мячи

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание | Дозировка | ОМУ(организационно-методические указания) |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| I | **Подготовительная часть** | 10 мин |  |
|  | 1. Построение, сообщение задач урока | 2 мин | Построение в одну шеренгу, проверка готовности к уроку и домашнего задания |
| 2.Специальные беговые упражнения А) бег в колонну по одному;Б) спиной вперёд по диагонали;В) приставными шагами левым боком ;Г) то же правым боком | 3 мин | Следить за соблюдением дистанции 1,5-2 метра;выполнение упражнений в стойке баскетболиста: ноги в коленях согнуты, руки перед собой |
| 3. Общеразвивающие упражнения:**1.**и.п. руки в замок перед грудью1-руки вперёд, ладони наружу2.-и.п.**2.**Круговые вращения руками вперёд1-4, назад 1-4**3.**и.п.-руки вверх, ноги на ш.п.1-4-вращение туловища в правую сторону,5-8 в левую сторону**4.**и.п.-руки в стороны, ноги на ш.п.1-наклон вперёд с касанием левой рукой правой ноги2-и.п.3-4- к другой ноге**5.**и.п..-основная стойка1-3-выпад в правую сторону, руки вперёд4 –и.п.5-7-выпад в левую сторону8.-и.п.6.прыжки на двух ногах | 5 мин8-10 раз8раз8раз10-12 раз8раз10-12 раз | Руки в локтях выпрямлятьРуки в локтях не сгибатьОбращаю внимание на широкую амплитуду выполнения упражненияНоги в коленях не сгибать, рукой касаться носкаСпина прямая, выпад как можно глубже |
| II | **Основная часть** | 25 мин |  |
|  | 1. Передача двумя руками от груди в парах А) подбросить мяч вверх, хлопок перед собой, за спиной, поймать мяч, передать своему партнёру от груди двумя руками;б) вращение мяча вокруг туловища, передача двумя руками от грудив) поворот на одной ноге, передача двумя руками от груди;г) передача от груди двумя руками на быстроту;д)три ведения на месте правой рукой, передача двумя руками от грудие)то же левой рукой;ж) ведение мяча по кругу друг за другом правой рукой;з) то же левой рукой; | 20 мин10 раз10 раз10 раз20 раз10раз10 раз3 раза3 раза | Ученики построены в две шеренги лицом друг к другу.Стараться мяч не терять на пол, к груди мяч не прижимать, обращаю внимание на положение пальцев на мяче(руки образуют «воронку») во время передачи и ловли мяча;Проигравшая пара отжимается 2разаНоги слегка согнуты, плечо не прижимаем, движение рукой вверх-вниз, пальцы «жёсткие», разведены в стороны; стараемся, чтобы мяч выше груди не подпрыгивал.Перестроение в две колонны, у каждой колонны по два мяча.Стараемся мяча не потерять.Выполнение задание не на скорость, а на правильность. |
|  | 2. Игра «Передал –садись» | 5 мин | Построение в две колонны. Два капитана становятся лицом к своим командам. По команде ученики выполняют передачу от груди двумя руками и приседают, и так до последнего. Кто быстрее передаст до последнего игрока, тот и выиграл |
| III | **Заключительная часть** | 7мин |  |
|  | 1. Салки с мячом | 5 мин | Выбираю четыре водящих, которые с ведением мяча стараются догнать убегающего и коснуться его рукой. Кого запятнали, тот выходит из игры Обратить внимание на перемещения учеников с поднятой головой, водить и смотреть вокруг, чтобы не было столкновений. |
| 2. Построение, подведение итогов | 2 мин | Выставление оценок, домашнее задание |