« Школа мяча»

План — конспект  урока

Организационная информация

Вид урока Спортивные игры

Тип урока :смешанный

Методы проведения: групповой, поточный, фронтальный

Дата проведения 11.12.2012

Время проведения 13.45 - 14.45

Класс 4 « А»

ФИО учителя Бредихина Любовь Владимировна

Должность учитель физической культуры

Методическая информация

Цели урока : 1. Укрепление здоровья обучающихся, формирование и развитие двигательных навыков

2. Способствовать усвоению знаний о спортивных играх с мячом.

Задачи урока : 1. оздоровительные:

- развитие быстроты, ловкости, координация, скоростно-силовых способностей,

- овладение шкалой движений.

2. образовательные:

- ознакомить со спортивными играми с использованием мяча,

- обучить технике передачи мяча в волейболе,

- закрепить ведение мяча в футболе ,

- закрепить технику броска мяча в кольцо в баскетболе, броска по воротам в гандболе,

3. воспитательные:

- воспитание дисциплинированности на уроке,

- доброжелательного отношения к товарищам во время работы в группе,

- воспитание бережного отношения к школьному имуществу.

- прививать интерес к занятиям физической культуры.

Место проведения : Спортивный зал

Оборудование : Баскетбольные мячи по количеству учащихся,

2 футбольных мяча,

2 волейбольных мяча,

2 гандбольных мяча,

гандбольные ворота,

2 теннисных шарика,

2 теннисные ракетки,

стол для настольного тенниса

10 фишек .

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание урока | Дозировка | Организационно-методические указания |
| **П**  **О**  **Д**  **Г**  **О**  **Т**  **О**  **В**  **И**  **Т**  **Е**  **Л**  **Ь**  **Н**  **А**  **Я** | А)  **Построение, сообщение задач урока.** (Стих № 1)  Сегодня на уроке мы будем выполнять упражнения с разными видами мяча, будем совершенствовать навыки ведения, броска, ловли мяча | 1 мин. | Расчет по порядку. Приветствие. Требовать от учащихся согласованности действий. Четко выполнять строевые упражнения. |
| Б)  **Разминка в движении.**  Класс, направо! В обход по залу шагом марш! Руки в стороны, идем на носочках!  Руки на пояс, идем на пятках!  Обычная ходьба.  Ускоряем шаг, переходим на бег.  На месте стой! Налево!  Перестроение в колонну по 4.  В)  **ОРУ с баскетбольными мячами под музыку: NBA - Official Basketball (Гимн Баскетбола)**  Перекладываем мяч из руки в руку:  - над головой;  - перед собой;  - за спиной;  - под ногой.  Наклоны.  Броски.  Удары. | 10 мин. | Спина прямая, следим за осанкой.  Следим за головой, спина прямая.  Во время бега не обгоняем, соблюдаем порядок движения, бег не скоростной, а разминочный, легкий, трусцой. По свистку должны остановиться, по следующему свистку продолжаем движение.  И.п. ноги на ширине плеч.  Руки в стороны, мяч в руке, сводим руки и перекладываем мяч перед собой.  И.п. ноги на ширине плеч.  Руки внизу, мяч перекладываем сначала под одной ногой, затем под другой.  И.п. мяч в руке, руки вверху.  На счет «раз» выполняем наклон, мяч оставляем на полу. На счет «два» выпрямляемся. На счет «три» мяч поднимаем. Повторяем 8 раз.  И.п. мяч в руках впереди.  На счет «раз» выполняем бросок вверх перед собой, выполняем приседание, руками коснуться пола, встать, поймать мяч, пока он не коснулся пола. Повторяем 10 раз.  И. п. . ноги на ширине плеч. Удар мяча в пол двумя руками, поворот на 360 градусов, мяч поймать двумя руками. Повторяем 10 раз. |
| **О**  **С**  **Н**  **О**  **В**  **Н**  **А**  **Я** | **Задания в группах.**  Перестроение в 5 групп. Представляем помощника на станции 1 и читается  (стих № 2) 1.Станция « Баскетбольная». Представляем помощника на станции 2 и читается  (стих №3)  2.Станция « Теннисная». Представляем помощника на станции 3 и читается  (стих №4)  3.Станция « Гандбольная». Представляем помощника на станции 4 и читается  (стих №5)  4. Станция « Волейбольная». Представляем помощника на станции 5 и читается  (стих № 6)  5.Станция « Футбольная». | 20 мин. | 1 Задание бросок в кольцо справа, слева, прямо с двух шагов в прыжке после ведения со сменой рук между фишек.  2 Задание подача и передача мяча через сетку в игре настольный теннис.  3 Задание нападающий удар по воротам из-за 6 метровой линии с двух шагов в прыжке.  4 Задание верхняя передача мяча в волейболе.  5 Задание нападающий удар справа, слева, прямо по воротам в футболе после ведения между фишек. |
| **З**  **А**  **К**  **Л**  **Ю**  **Ч**  **И**  **Т**  **Е**  **Л**  **Ь**  **Н**  **А**  **Я** | **Подвижная игра «Ящерица» .**  **Подведение итогов**.  Поднимите руку, кому урок понравился!  Что было самым интересным для вас?  Кто почувствовал ситуацию успеха? «У меня получилось!»  Что было самым трудным?  Над чем еще необходимо поработать? Учитель оценивает учеников. ( стих № 7) До свидания! Направо! В класс шагом марш! | 10 мин. | Первыми встают в центральный баскетбольный круг девочки. Они строятся в колонну по одному, держат друг друга за талию, руки не расцепляют. Задача мальчиков выбить последнего в колонне - попасть в хвост. Выбивают до последнего игрока, затем меняются ролями. |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |

**Приложение № 1**

**Стих № 1**

**ВСТУПЛЕНИЕ**

Много разных игр с мячом,

Не со всеми я знаком.

Людям мяч давно известен,

Разным был он в каждом месте:

Из травы, из тряпок, глины,

Деревянным он бывал.

С появлением резины,

Он прыгучим лёгким стал.

Ах, мячи, мячи, мячи!

Вы прыгучи, горячи!

Создаёте настроенье,

с вами радостно общенье.

Ваши дивные движенья

дарят чудные мгновенья!

**Стих № 2**

**БАСКЕТБОЛ**

Баскетбол)– игра такая,

Занимайся круглый год.

Не лежу я, ожидая,

Когда солнце припечет.

Я в корзину залетаю

За игру немало раз.

Отовсюду попадаю,

Если меток чей-то глаз.

А из трехсекундной зоны

Сверху вниз вхожу, как гвоздь,

Не помогут и заслоны,

Я кольца желанный гость.

Но меня не тронь ногами,

Не по нраву это мне,

Лишь умелыми руками

Управляюсь я в игре.

Пас – язык игры командной,

Пас красивый я люблю.

И финты с обводкой ладной

Украшают всю игру.

**Стих № 3**

**ТЕННИС**

Мяч и шарик называют

В малом теннисе меня.

На столе со мной играют

Тет-а-тет и два на два.

От ракетки отлетая,

Должен я на стол попасть.

Траектория крутая

Надо мной имеет власть.

Так подкручен я порою,

Что отскока нет почти,

Или от стола стрелою

Могу в сторону уйти.

Меж атакой и защитой

Вечный спор, а что сильней?

Красота игры открытой,

Как мне кажется, важней.

Смеши, топы слева, справа –

Это признак мастерства.

Теннис – отдых, спорт, забава,

Всем доступная игра!

**Стих № 4**

**ГАНДБОЛ**

Эх, игра моя лихая!

Смелость, быстрота, напор!

Как ядро, путь пробивая,

Я лечу в воротный створ.

А ворота защищают

С крепким духом вратари,

На лету мячи хватают –

Словно мыла пузыри.

 Я люблю атаки с края,

Виртуозность там нужна,

Над штрафною чтоб взлетая,

Забивать голы с угла.

 Лишь три шага я в неволе,

А потом бросок иль пас.

И полет через все поле

Совершаю я подчас.

 Я все качества отлично

Развиваю у ребят.

Кто мне предан безгранично,

Тем всегда помочь я рад!

**Стих № 5**

**ВОЛЕЙБОЛ**

Над площадкой я летаю,

Словно крылья у меня.

Через сетку я порхаю

Много раз туда-сюда.

 На площадку опускаться

Мне умело не дают.

Эх! Люблю сквозь блок прорваться,

Когда с паса сильно бьют.

 Раз-два-три, я в ритме вальса,

Прием снизу – пас – удар.

Эй, соперник, постарайся,

Чтобы вниз я не упал!

 Двадцать пять – вершина счета

И опять игра с нуля,

Но победа ждет кого-то,

Незнакома мне ничья!

 С удовольствием играю

В "пляжный" летом иногда,

Закаляют, вдохновляют

Солнце, воздух и вода!

**Стих № 6**

**ФУТБОЛ**

Ах, футбол! Игра простая,

Только нужен мне простор.

От ударов я, взлетая,

Вдаль лечу во весь опор.

Я люблю душой футбольной

Солнце в небе и траву,

Но и дождь, и ветер вольный

Не сорвут мою игру.

Комбинации на поле

Хитроумные плету,

Воплощение их в голе

Я всегда с надеждой жду.

Я люблю влетать в ворота,

Слышать радостное "Г-о-л!"

У меня одна забота,

Чтоб красивый был футбол.

Не люблю, когда руками

Меня трогают порой.

Укротить меня ногами

Можно или головой.

**Стих № 7**

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Вот и всё! И закончилась встреча  
Отыграл наш урок, отзвенел.  
Спорт, здоровье, игра – это вечно!  
Но ведь это ещё не предел!  
Пусть кому-то покажется – мало  
И не так уж огромен размах  
В каждом деле ведь важно начало!  
Сделать нужно лишь первый шаг!  
Друзья! Спасибо за поддержку!

Используемая литература:

Интернет-ресурсы:

Музыка для упражнений с мячом…

<http://muzofon.com/search/%D0%93%D0%98%D0%9C%D0%9D%20%D0%91%D0%90%D0%A1%D0%9A%D0%95%D0%A2%D0%91%D0%9E%D0%9B%D0%90>

<http://www.info-flt.ru>;

http://www.moya-lyalyas.ru/archives/7878