**План – конспект открытого урока в 3 б классе**

***Тема:*** ***Отработка навыков передачи в баскетболе***

**Целеполагание**: Формирование двигательных навыков у обучающихся, привлечение детей к систематическими занятиями физической культурой и спортом.

**Тип урока:** обучающий.

**Задачи урока:**

* + - ***Образовательные:***

- обучение техники передачи двумя руками от груди, сверху от головы.

- совершенствование ловли мяча двумя руками.

- совершенствование игровой способности.

* + - ***Развивающие:***

- развитие двигательных качеств – ловкость, быстроту, координацию.

* + - ***Воспитательные:***

- воспитание морально - волевых качеств.

- трудолюбие, инициативность, творческое отношение к деятельности.

- воспитание коллективизма.

**Место проведения**: спортивный зал.

**Инвентарь:** баскетбольные мячи.

**Время проведения**: 45 мин

**Учитель**: Калимуллин Саяр Газинурович.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Частиурока |  Этапы работы  |  Содержание | ВремяМин. | Организационно-методические указания |
|  I. | ***Подготовительная часть***1.Организационный момент.**Цель**: Мотивация деятельности обучающихся.Организовать коллектив класса, овладеть вниманием.Проверка домашнего задания.2.Психофизиологическая подготовка обучающихся к усвоению содержания урока.**Цель**: достичь среднего уровня физической нагрузки.Организовать постепенное включение в работу органов и систем, разогревание опорно-двигательного аппарата обучающихся.**Форма организации**: фронтальная. **Способ выполнения:** одновременный. **Задача:** Обеспечить плавный переход от подготовительной части урока к основной.**Использование структуры: «Follow the Leader»** | 1.Построение, приветствие. Сообщение задач урока..2.Инструктаж по технике безопасности.Вопросы:1. родина баскетбола?2. кто придумал игру?3. сколько человек играет в команде?4. входит ли баскетбол в состав Олимпийских игр.3.Строевые приемы и повороты на месте.4. Передвижения:- ходьба обычная;- ходьба на носках руки на пояс;- ходьба на пятках руки за голову;- ходьба в полуприсяде5. Специальные беговые упражнения: - медленный бег; - бег с изменением направления; - бег змейкой: приставными шагами по переменно правым и левым боком, с высоким подниманием бедра, с захлестом голени.Упражнения на восстановление дыхания: Руки вверх вдох, Низ выдох.**6. Общеразвивающие упражнения:****1.** Наклоны головы вправо, влевоИ.п. – ноги врозь, руки на поясе.На счёт 1-2 наклон вправоНа счёт 3-4 наклон влево**2.** Наклоны головы вперёд, назадИ.п. – то жеНа счёт 1-2 наклон вперёдНа счёт 3-4 наклон назад | 1 мин.3 мин3 мин.5 мин | Построение в шеренгу, проверка готовности класса к уроку, наличие спортивной формы. Отметить отсутствующих. Краткий инструктаж по т. б.- США- Джеймс Нейсмит- 5 человек.- входит.Выполнение команд «Равняйсь!», «Смирно!», «Направо!». В обход по залу шагом марш!».Согласованность действий, четкое выполнение команд. Соблюдать дистанцию, спина прямая. Смотреть вперед.Упражнения выполняются в обход по залу в колонну по одному.Соблюдать дистанцию 2-3 шага, следить за согласованностью рук, сохранять правильную осанку.Следить за координацией движения.Соблюдать дистанцию.Перестроение в колонну по два человека по центру зала.Выполнение разминки для пальцев и кистей рук (волна, веер, круговые движения кисте рук). |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Цель:**Развитие и укрепление Всех групп мышц.Подготовить организм к основной нагрузке.**Форма организации**: фронтальная. **Способ выполнения:** одновременный. |  **3.**  Круговые движения согнутых рук к плечамИ.п. - ноги врозь, руки согнуты к плечам.На счёт 1-4круговые движения рук вперёд То же самое назад.**4.** Рывки со сменой рукИ.п. - ноги врозь, правая рука вверхуНа счёт 1-2 рывки руками, смена рук(левая вверху)На счёт 3-4 рывки руками**5.** Рывки перед грудьюИ.п. - ноги врозь, руки согнуты в локтях перед грудьюНа счёт 1-2 рывки перед грудью согнутыми рукамиНа счёт 3-4 рывки прямыми руками |  |  Спина прямаяРуки прямые.Спина прямая, смотрим вперед |
|  II. | **Цель:** совершенствование координации движений.Совершенствование навыков ведения мяча на месте.**Способ выполнения:** одновременный.***Основная часть.*****Цели и задачи**: * Развитие двигательных качеств, координации движения.
* Научить различным способам передачи и ловли мяча.

**Использование структуры: «Clock Buddies»****Форма организации**: выполнение упражнений в паре. **Способ выполнения:** одновременный. | **6.** Наклоны туловища вправо, влевоИ.п. – ноги врозь, руки на поясе.На счёт 1-2 наклон вправоНа счёт 3-4 наклон влево**7.** Наклоны туловища внизИ.п. – ноги врозь, руки на поясе.На счёт 1 – наклон к правой ногеНа счёт 2 – наклон к серединеНа счёт 3 – наклон к левой ноге4 – И. п.**8.**  Приседания 15 раз.1. Инструктаж по технике безопасности.
2. Объяснение способов ловли мяча:

- двумя руками, одной.- высокого, на уровне груди, низкого, катящегося, с низкого отскока.1. Классификация передач двумя руками:

- сверху, от плеча, от груди, снизу. 1. Классификация передач одной рукой:

- сверху, от головы, от плеча, снизу.  | 15 мин | Ноги не сгибаем.- не выставлять пальцы вперед навстречу передачи.- не передавать мяч резко с близкого расстояния.- передавать мяч точно с оптимальной силой.- не передавать мяч, если его не видит партнер.Встречать летящий мяч, нужно выпрямить руки вперед. Кисти с широко расставленными пальцамиобразуют воронку.В момент касания ладоней:- мяч захватывается кончиками пальцев.- локти сгибаются.- мяч подтягивается к груди.- одновременно сгибаются ноги. |
|  | Объяснение способов ловли и передачи б. мяча.**Методы:** Словесный, наглядный, метод упражнений.**Использование структуры: «Clock Buddies»****Цели и задачи:**Закрепление изученного материала в игре.**Методы достижении**: игровой, соревновательный.**Цель:** Закрепление умения передачи мяча. | **Передача баскетбольного мяча в парах на месте**:а) передача мяча двумя руками от груди.б) передача мяча с двумя руками с отскоком от пола.в) передача мяча с двумя руками от головы д) передача мяча от плеча (правой и левой рукой).г) ведение мяча вокруг партнера, возвращаясь на свое место, передают мяч по воздуху.е)Передачи мяча в парах в движении.**Учебно-тренировочная игра.** | 15 мин | Следить за правильностью выполнения упражнений, оказывать индивидуальную консультацию.Следить за точностью передачи.**Игра проходит по упрощенным правилам.** |
| III. | ***Заключительная часть.*****Цели и задачи:** Восстановление дыхания и оптимизация ЧСС.Приведение организма в оптимальное для следующей деятельности состояние.Подведение итогов.**Методы и критерии оценки:**- сознательная, активная деятельность обучающегося,- правильность выполнения упражнений,-творческое отношение к своей деятельности.**Цель:**Укрепление мышц брюшного пресса. | Построение в одну шеренгу по одному.Выставление оценок.Домашнее задание:- поднимание туловища из положения лежа. Девочки -15 раз, мальчики – 20 раз. | 3мин | Упражнения выполняют в спокойном темпе, с закрытыми глазами.Проанализировать и оценить работу обучающихся на уроке.Указать на типичные ошибки. Пригласить ребят на дополнительные занятия.Поблагодарить обучающихся за совместную деятельность.« Урок закончен. Досвидание! Направо, в раздевалку шагом марш!» |