**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.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Части  урока | Этапы работы | Содержание | Время  Мин. | 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 полуприсяде  5. 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, влево  И.п. – ноги врозь, руки на поясе.  На счёт 1-2 наклон вправо  На счёт 3-4 наклон влево  **2.** Наклоны головы вперёд, назад  И.п. – то же  На счёт 1-2 наклон вперёд  На счёт 3-4 наклон назад | 1 мин.  3 мин  3 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 плечам  И.п. - ноги врозь, руки согнуты к плечам.  На счёт 1-4круговые движения рук вперёд  То же самое назад.  **4.** Рывки со сменой рук  И.п. - ноги врозь, правая рука вверху  На счёт 1-2 рывки руками, смена рук(левая вверху)  На счёт 3-4 рывки руками  **5.** Рывки перед грудью  И.п. - ноги врозь, руки согнуты в локтях перед грудью  На счёт 1-2 рывки перед грудью согнутыми руками  На счёт 3-4 рывки прямыми руками |  | Спина прямая  Руки 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, влево  И.п. – ноги врозь, руки на поясе.  На счёт 1-2 наклон вправо  На счёт 3-4 наклон влево  **7.** Наклоны туловища вниз  И.п. – ноги врозь, руки на поясе.  На счёт 1 – наклон к правой ноге  На счёт 2 – наклон к середине  На счёт 3 – наклон к левой ноге  4 – 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 пальцами  образуют 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!» |