**Урок по баскетболу в 6 классе.**

**Тема:** *«Развитие координационных способностей на уроках баскетбола».*

**Цель:** *формирование и развитие двигательных навыков у учащихся.*

**Задачи:**

1. *Совершенствование ведения и передачи мяча.*
2. *Развитие координации, внимания, точности, скоростно-силовых качеств.*
3. *Воспитание социального отношения к занятиям физкультурой и спортом, активного образа жизни, самостоятельности.*

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

**Оборудование и инвентарь:** *Баскетбольные мячи.*

**Место проведения:** *Спортивный зал.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание  | Дозировка  | Организационно методические указания |
| I.Вводно – подготовительная часть 10 – 12 мин. | 1. Построение. 2.Сообщение задач урока.3. Строевые приемы (повороты на месте)4.Ходьба:* на носках, руки за головой
* на пятках, руки на пояс
* перекатом с пятки на носок, руки вверх

5.Медленный бег (приставными шагами, с захлестом голени назад, с высоким подниманием бедра, прыжки с ноги на ногу) 6.Ходьба.7. ОРУ в движении:* Круговые движения прямыми руками вперед на 1-4, на 5-8 назад.
* Руки перед грудью в замок на 1-2 руки вперед, на 3-4 руки вверх.
* Наклон на каждый шаг руки за спиной в замок.
* Ходьба выпадами руки за головой.
* Ходьба в приседе
* Прыжки в приседе
 | 1 мин.1 мин.30 сек.1 мин.2 мин.30 сек.5 мин.10 шагов8 прыжков | Приветствие Т.Б при работе с мячамиНа вниманиеСпина прямая.Смотреть вперед.Соблюдать дистанцию руки за спиной. Ладони вперед .Ноги от пола не отрывать, вколенях не сгибать.Руки за головой. |
| II. Основная часть 25 – 27 мин. | 1. Передача мяча в парах от груди двумя руками.2. То же, но с касанием мяча пола3. Передача двумя мячами4. Жонглирование двумя мячами (д.м.)5. Передача мяча в тройках со сменой мест6.Ведение мяча по схемеImage8937. Ведение двух мячей8. Ведение мяча змейкой(д.м.) 9. П/и «Салки с ведением».(д.м.) 10 П/и «Большие выбивалы».11. Игра в баскетбол. | 8 – 10 раз8 – 10 раз8 – 10 раз30 сек1мин1 мин1 мин2-3 раза1 – 2 мин.1 – 2 мин.5 – 7мин. | Движение рукамиПервые номера передача от груди, вторые с касанием пола.Первые номера выполняют жонглирование, вторые приседания. После выполнения учащиеся меняются заданиями.Передача одной рукой от плеча, правильное положение рук при ловле.Подскок мяча не выше пояса при обводке партнера низкое ведение.Первые номера выполняют ведение, вторые прыжки на одной ноге.Движение в колонне с ведением между своих партнеров   |
| III. | 1. Построение поведение итогов урока  | 2 – 3 мин |  |