**Конспект открытого урока по физической культуре**

 **Дата:** 20.03.2013г. **Класс:** 4 «А»

**Задачи урока:** 1.Обучение ведения мяча.

 2.Развитие физических качеств.

 3.Совершенствование броска мяча.

**Место проведения:** Спортивный зал

**Проводящий:** Корчагин Роман Викторович

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| частьурока | частныезадачи | №упр. | Содержание | дозировка | методическиеуказания |  |  |  |  |  |
| **Подготовительная** | Подготовка Организма к основной части урокаРазминка кистейРазминка мышц ног и поясницыРазминка ногРазминка задней поверхности бедраРазминка ног | 12345678910 | Построение,рапорт,задачи урока**Разминка в движении.**Руки в замок, круговые движения кистей вперед, назад. Круговые вращения рук вперед, назад.Наклоны на каждый шагМах ноги вверх к противоположной руке (руки вытянутые)Выпады на каждый шагБег с высоким подниманием бедраБег с захлестыванием голени назадПриставным шагом правым, левым бокомБег спиной впередУскорение | 5мин10мин16раз8раз16раз16раз16раз20м20м20м20м20м | Руки прямыеНоги прямыеВыполнять глубокийвыпадОпорная нога прямая |
| **Основная** | Подводящие упр.Умение контролировать мячТочность передачиЗакрепление изученного  | 123456 | **Обучение ведения мяча****Мяч на пару**Ведения мяча одной рукой до партнера и обратноВедения мяча правой рукой до партнера, обратно левой рукой.Ведения мяча до середины сделать передаче и вернуться спиной вперед.Ведения мяча змейкой обегая партнеровВедения мяча от середины поля к кольцу, остановиться, бросить.Эстафета: Ведения мяча до кольца, остановиться, забить в кольцо (макс. 3 попытки), подобрать мяч и вернуться обратно.Игра в Баскетбол по упрощенным правилам.  | 15мин8раз8раз8раз4раз8раз10 мин | Ведения одной рукойСмена рукВыполнять передачиточнееСледить за соблюдением правил |
| **Заключительная** |  |  | Построение, подведение итогов урока, домашние задание. | 5мин |  |