**ПЛАН КОНСПЕКТ УРОКА В 5 «А» КЛАССЕ.**

**РАЗДЕЛ**: Баскетбол.

**ЦЕЛЬ**: Ведение и передачи мяча.

**ЗАДАЧИ:**

1. Повторить технику ведение мяча.

2. Повторить технику ловли и передачи мяча двумя от груди.

3.Совершенствовать приемы баскетбола в играх.

4.Формирование чувства коллективизма в игре.

**Инвентарь:** Баскетбольные мячи на каждого, мел.

**Место проведениея:** Спортзал школы №2.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание урока. | Дозировка. | | Организационно-методические указания. | |
| Подготовительная часть (10-12 мин) | | | | |
| **Построение.** Сообщение задач урока. Повороты на месте. | 1-1,5 мин | | Следить за осанкой. Наличие спортивной формы. Выявление больных и освобожденных. | |
| **Ходьба:**  - строевым шагом.  - на носках.  - на пятках. | 10-15 мет | | Соблюдать интервал.  Руки на пояс, плечи не поднимать.  руки за головой, спина прямая, смотреть вперед. | |
| **Бег.**  - по залу .  - «змейкой» | 1,5-2 мин | | Соблюдать дистанцию. | |
| **ОРУ с мячом.**  - Мяч между ладонями (круговые вращения мяча)  - Мяч в руках (вращение мяча вокруг туловища)  - пронос мяча под ногой (змейкой) Обратно прокатить мяч под ногами по полу (змейкой).  - ведение мяча в боковом голопе правое плечо . Обратно левое плечо  - Прыжки на правой с ведением мяча правой рукой, обратно прыжки на левой, с ведением левой рукой. |  | | По сигналу учителя берем мяч.  Выполнение упражнения в длину зала.  Обратно, вращение в другую сторону.  Пальцы держим широко. Туловище прямо.  Мяч передаем с внутренней стороны.  Ноги согнуты. Мяч ближе к туловищу.  мяч возле туловища.  Низко не наклоняться. | |
| Основная часть (25-27мин) | | | | |
| **1.** **Ведение мяча.**  - ведение мяча по залу с изменением скорости.  - ведение мяча с изменением направления движения «змейкой»(обводка больших и малых кругов)  Перестроение в две колонны. | 6-7 мин | | Соблюдать дистанцию. По сигналу ускорение.  Обводим круги дальней рукой.  Мяч на пару. | |
| **2. Ловля и передача мяча двумя от груди.**  - ловля и передача мяча с места двумя руками от груди (в парах)  - Ведение и передача мяча двумя руками от груди в парах.  - Ведение и передача мяча двумя руками от груди «змейкой» (командой)  - ловля и передача мяча с места двумя руками от груди (командой)  Перестроение в одну шеренгу.  **3. Подвижная игра «Выбей мяч».** Учащиеся, ведя мяч одной рукой, перемещаются по площадке. По сигналу учителя начинают выбивать свободной рукой мяч у соперника. | 2-3 мин  1-3 мин  1-3 мин  3-4 мин.  2 -3 мин. | | Расстояние в парах 5-6 мет. Расстояние увеличиваем ( 7-8 мет) Исправление ошибок. Индивидуальная работа.  Исправление ошибок.  Исправление ошибок.  Вводим второй, третий мяч.  Мячи в руках у каждого.  Правила игры: Нельзя брать мяч в руки, нельзя удерживать мяч туловищем, нельзя выбивать мяч соперника мячом. Если мяч потерян игрок выходит из игры. У кого мяч выбили, тот выходит из игры. | |
| Заключительная часть (1-3 мин) | | | | |
| **Построение.** Подведение итогов, выставление оценок.  Домашнее задание. | | 1-3 мин. | | Подъем туловища, из положения лежа на спине. |