**Конспект урока по баскетболу в 5 классе**

**на тему: «Ведения мяча. Основные правила и приемы игры.».**

**Цель:** выполнить комплекс упражнений для рук и плечевого пояса, специальные упражнения для закрепления и совершенствования основных приемов игры в баскетбол, в мини- баскетбол.

**Формируем УУД**: *предметные:* иметь первоначальные представления о технике применения основных приемов игры в баскетбол и мини- баскетбол; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью комплекса упражнений для рук и плечегово пояса*; метапредметные*: принимать и сохранить цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; договориться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; адекватно оценивать свое поведения и поведения окружающих; *личностные*: развитие мотивов учебной деятельности; формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.

**Спортивный инвентарь**: баскетбольные мячи по количеству занимающих, секундомер, свисток,2-4 баскетбольных кольца.

Учитель: Хафизова Винера Рифовна.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частьурока | Содержание | Дозировка | Методические указания |
| ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯЧАСТЬ | Построение. Проверим домашнее задание.Ходьба: * на носках руки вверх
* на пятках руки на пояс
* на внешней стороне стопы руки в стороны
* на внутренней стороне стопы руки в стороны

Бег:* в медленном темпе

перестроение в одну шеренгу по всей длине залаСБУ:* приставными шагами правым (левым) боком
* с захлестыванием голени назад
* с высоким подниманием бедра
* бег на носках (в стойке баскетболиста)
* подскок вверх на каждый шаг(с подниманием руки вверх)
* спиной вперед (два шага правой два левой ногой)
* прыжок с ноги на ногу с поворотом на 180

ОРУ для рук и плечевого пояса с мячом.* Мяч перед грудью, наклоны в правую и левую сторону, руки поднимаем вверх.
* Мяч перед грудью, ноги врозь. Повороты туловища направо и налево – руки вперед.
* Широкая стойка ноги врозь, мяч вверх. Наклон вперед коснутся мячом пола и вернутся и.п.
* Широкая стойка ноги врозь, мяч на полу. Катаем мяч восьмеркой вокруг ног, стараемся делать это только пальцами.
* Стойка ноги врозь , мяч в руках. Наклон назад мяч вверх.
* Основная стока мяч за спиной махи ногами мяч вверх.(Успеть махнуть и опустить ногу и мяч.)
* О.С. мяч перед грудью. Прыжок с поворотом туловище на право(приземлятся, ноги в и. п., туловище повернуть на право); тоже и на лево.
 | 1 мин1мин2-3 мин2-3 мин 4 раза4 раза8 раз30 с.4 раза8 раз4 раза | .упражнения выполнять четко, следить за осанкойследить за дыханием, соблюдать интервал дистанциюв стойке баскетболиста |
| ОСНОВНАЯЧАСТЬ | 1.Ведение мяча.Повторяем ведения мяча на месте, каждый вариант по 20 с- правой рукой, левой и поочередно. Затем тоже упражнение выполняем в движении. Задание усложняется: выполняем ведение мяча с движением спиной вперед и с поворотом по сигналу. Упражнение выполняем 1 минуту. И в заключение выполняем ведение мяча: один свисток- остановиться в стойке баскетболиста, два свистка- остановиться прыжком. Упражнение выполняем 1 минуту.2.Игра «Мини- баскетбол.»(Учитель делит класс на команды и проводит игру. Для игры можно использовать четыре кольца. Играть можно в обычный баскетбол, но на уменьшенной площадке или же в одно кольцо, когда одна команда пытается забросить мяч, а вторая- отнчть, если отнимает, то выходит за определенную метку и сама начинает атаковать. Надо исходить из размера зала, количество колец и команд.) | 25-26 мин | с высоким низким отскокомсбоку справа (слева) |
| ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯЧАСТЬ | Построение в одну шеренгу. Учащиеся выполняют дыхательные упражнения: Кисти руки сжаты в кулаки, правая рука вытянута вперед, левая согнута в локте. Попеременно выпрямлять руки, как при ударе в боксе. Дышать равномерно.Подведение итогов урока. Похвалить учеников за внимательность, игру в пас, подстраховку, коррективную игру .Домашнее задание: Прочитать текст «Упражнения для глаз» на с. 27 учебника А.П. Матвеева. Прочитать текст « Повороты с мячом» на с. 113 учебника М.Я. Виленского. | 5 мин6- 8 раз1 мин. |  |