**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.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть  урока | Содержание | Дозировка | Методические указания |
| П  О  Д  Г  О  Т  О  В  И  Т  Е  Л  Ь  Н  А  Я  Ч  А  С  Т  Ь | 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 зала  СБУ:   * 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 мин  1мин  2-3 мин  2-3 мин  4 раза  4 раза  8 раз  30 с.  4 раза  8 раз  4 раза | .  упражнения выполнять четко, следить за осанкой  следить за дыханием, соблюдать интервал дистанцию  в стойке баскетболиста |
| О  С  Н  О  В  Н  А  Я  Ч  А  С  Т  Ь | 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 отскоком  сбоку справа (слева) |
| З  А  К  Л  Ю  Ч  И  Т  Е  Л  Ь  Н  А  Я  Ч  А  С  Т  Ь | 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 мин  6- 8 раз  1 мин. |  |