**Технологическая карта урока физической культуры в 10 классе**

Ф.И.О. учителя Суров Андрей Николаевич

Класс: 10

Место проведения: спортивный зал

Продолжительность занятия: 45 мин.

**Пояснительная записка:** данный урок соответствует требованиям ФГОС, применены новые образовательные технологии (активные методы обучения) АМО и технологии интерактивного обучения (это обучение, погруженное в общение).

|  |  |
| --- | --- |
| Тема | Баскетбол: «Техника баскетбола. Броски и передача мяча в движении», |
| Цель | Усвоение учащимися основных умений и навыков игры баскетбол с использованием ИКТ. |
| Задачи | **Образовательный аспект**   1. Проинструктировать обучающихся по технике безопасности на уроках баскетбол;. 2. Совершенствование техники ловли и передачи мяча; 3. Закрепление техники бросков мяча; 4. Обучение технике ведения мяча; 5. Закрепление техники ведения, два шага бросок в кольцо в разных вариантах получения игроком.   **Развивающий аспект**   1. Развитие ловкости, быстроты, координационных движений. 2. Развитие дыхательной, сердечно-сосудистой системы и улучшения психоэмоционального состояния (период полярной ночи).   **Воспитательный аспект.**   1. Воспитание устойчивого интереса к двигательной активности, чувства коллективизма, товарищества, ответственности; 2. Формирование внимания и познавательного интереса к использованию ИКТ на уроках физической культуры. |
| Проблема | Сформулировать важность и значение занятий баскетболом |
| Тип урока | Комбинированный с образовательно-познавательной направленностью |
| Формируемые УУД | Личностные: мотивация к уроку (беседа)  Познавательные - овладеют знаниями в сфере истории б/б  Коммуникативны - смогут адекватно передавать информацию (взаимоконтроль)  регулятивные – смогут контролировать свои действия (внимание) |
| Планируемые результаты | Предметные: Знать: ТБ на уроках ФК и б/б, историю развития б/б и известных спортсменов  Уметь: выполнять ловлю, передачу, ведение мяча, броски мяча.  Метапредметные: Овладение способностью принимать и сохранять цель и задачи урока, поиска средств их осуществления  Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| Основные понятия | Опорные: техника безопасности, технические приёмы, СБУ.  Новые: исторические факты и имена отечественных спортсменов, самоконтроль |
| Межпредметные связи | История, математика, биология |
| Инвентарь и оборудование | Презентации и плакаты, наглядные пособия по истории развития б/б, портреты известных баскетболистов, , фишки, свисток, флажок • баскетбольные мячи, гимнастические палочки,  компьютер, мультимедийный проектор, экран, презентация «Техника баскетбола. Броски и передача мяча в движении» |
| Формы урока (формы организации деятельности учащихся) | Ф - фронтальная, И – индивидуальная, Г – групповая, Пт - поточная |
| Педагогические технологии.  Технологии физического воспитания | Здоровьесберегающая  Здоровьеформирующая  Технология физического воспитания обучающихся с направленным развитием двигательных способностей, рекреационно-спортивная технология ФВ (*содействие достижению гармоничности в физическом развитии школьников, подготовка организма учащихся к постепенно возрастающим интеллектуальным и физическим нагрузкам*). |
| Учебное пособие | Физическая культура. 10-11 классы: учебник для образовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2015 |
| Домашнее задание | Реферат на тему: «Известные баскетболисты Воронежской области»; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Часть урока*** | ***№*** | | | ***Содержание урока*** | ***Дозировка*** | ***Методические указания*** |
| **Подготовительная часть 7 мин** | 1 | | | **Построение, приветствие.**  Построение.  Рапорт дежурного.  Сообщение задач урока.  Инструктаж по технике безопасности. | 1 мин | *во время падения на руки не падать;* |
| **2** | | | **Строевые приемы** (повороты на месте) | 1 мин |  |
| **3** | | | **Сообщение ученика 1.**  **Почему мы любим баскетбол?**  **Сообщение ученика 2.**  **Характерные особенности баскетбола** | 5 мин | Смотри ПРИЛОЖЕНИЕ 1.  Смотри ПРИЛОЖЕНИЕ 1. |
| **Основная часть 33 мин** | **4** | | | ***Просмотр презентации***  «Техника баскетбола. Броски и передача мяча в движении» 10 класс  **(**Объявление целей и задач урока.)  Скучно жить на свете, в игры не играя.  Игр спортивных много, есть на вкус любой.  Мы себе такую выбираем-  Баскетбол, навеки ты для нас родной! | 1 мин | **Слайд 1, 2, 3**.  Рисунок1 |
| **Гимнастика ума**  **Фронтальный тест**  **«Баскетбол»**   1. Кто придумал игру в баскетбол?    1. Джеймс Нейсмит в 1891;    2. Хольгер Нильсон в1898. 2. Что обозначает слово баскетбол?    1. от англ. basket – «корзина», ball- «мяч»    2. корзина;шар;клубок;мяч. 3. Сколько человек должно быть на площадке во время игры?    1. 6 человек;    2. 5 человек. 4. Сколько времени продолжается игра в баскетбол?    1. игра состоит из 4 периодов, по10 минут;    2. два тайма по 45 минут. 5. Когда баскетбол появился в России?    1. 1906 году;    2. 1897 году. 6. Что такое НБА?    1. НБА – национальная баскетбольная академия (США);    2. НБА - национальная баскетбольная ассоциация (США). | 2 мин | **Слайд 4,5,6**  Рисунок3.Рисунок4  Рисунок5 |
| **Техника баскетбола.**  **Упражнения для отработки бросков и передачи мяча в движении.**  **Упражнение 1.**  Скамейка ставится параллельно или под углом 45° к щиту примерно на линии штрафного броска. Баскетболист держит мяч в руках, стоя на левой ноге, согнув правую ногу. Он ударяет мячом о пол по другую сторону скамейки, чтобы мяч отскочил до уровня пояса, затем отталкивается левой ногой и ловит его, находясь в воздухе. Далее, приземлившись на правую ногу, игрок делает шаг левой ногой и после этого бросает мяч в кольцо. Первый шаг должен быть длинным, второй короче, чтобы движение к кольцу было более эффективным, (рис. 1).  (Повторение упражнения на слайде 9.)  Практическое выполнение упражнения с мячом у кольца (выполняет заранее подготовленный ученик). | 2 мин | **Слайд 7,8,9**  Рисунок6.jpg |
| **Упражнение 2.**  Исходное положение игрока 1 такое же, как и в первом упражнении. Баскетболист ловит мяч, который бросает ему стоящий напротив него игрок 2, выполняет два шага и на третий делает передачу игроку 2, который бросает мяч в кольцо, а сам возвращается в исходное положение, (рис. 2).  (Повторение упражнения на слайде 11.)  Практическое выполнение упражнения с мячом у кольца (выполняет заранее подготовленный ученик). | 2 мин | **Слайд 10,11.**  Рисунок8  . |
| **Упражнение 3.**  После ведения мяча (рис. 3) баскетболист делает два шага (первый через скамейку) с последующим броском по кольцу.  (Повторение упражнения на слайде 12.)  Практическое выполнение упражнения с мячом у кольца (выполняет заранее подготовленные ученики). | 2 мин | **Слайд 12,13.**  Рисунок9 |
| **Упражнение 4.**  То же упражнение, но игрок не ведет мяч сам, а получает его от игрока 2 (стоящего под баскетбольным щитом) в тот самый момент, когда игрок 1 совершает свой первый шаг через скамейку, (рис 4.).  (Повторение упражнения на слайде 15.)  Практическое выполнение упражнения с мячом у кольца (выполняет заранее подготовленные ученики). | 2 мин | **Слайд 14,15.**  Рисунок9 |
| **Упражнение 5.**  Игрок 1 разбегается, в прыжке через скамейку ловит мяч от игрока 2, выполняет два шага и передает мяч игроку 3, после чего бежит и встает за игроком 4, а игрок 2 – за игроком 6, (рис. 5).  (Повторение упражнения на слайде 17.)  Практическое выполнение упражнения с мячом у кольца (выполняет заранее подготовленные ученики). | 4 мин | **Слайд 16,17.**  Рисунок10 |
| Подведение итогов просмотра презентации. | 30 сек | **Слайд 18.**  Рисунок11 |
| **5** | | | **Разминка**  **Ходьба**:   * обычная * на носках, руки вверх * на пятках, руки на пояс * в полуприседе, руки, на пояс * на носках, руки на пояс; * на пятках, руки за спину; | 2 мин | *спина прямая;*  *смотреть вперед.* |
| **6** | | | **Бег:**   * обычный * приставным правым боком в стойке баскетболиста * приставным левым боком в стойке баскетболиста * спиной вперёд * прыжки с подскоками; * бег с захлестыванием голени; | 3 мин | *соблюдать дистанцию;*  *плечи чуть вперед;*  *пятки касаются ягодиц;*  *руки “свободно”.* |
| **7** | | | **Ходьба**  Упражнение на восстановление дыхания  И. п.-стойка ноги врозь, палочка  1. наклон головы вперёд  2. и.п.  3. наклон головы назад  4. и.п.  5. наклон головы влево  6. и.п.  7. наклон головы вправо  8. и.п.  И.п.- тоже  1-4. круг руками влево  5-8. круг руками вправо  И.п. - тоже  1. наклон к левой ноге, палочкой коснуться левой ноги  2 и.п.  3. тоже к правой  4. и.п.  И.п.- ноги врозь, палочка перед собой  1. поворот туловища влево, палочку влево  2. и.п.  3. тоже вправо  4. и.п.  И.п.- основная стойка, руки вниз  1. выпад влево, палочку вперед  2. и.п.  3. тоже вправо  4. и.п.  И.п.- основная стойка, палочку за головой  1. упор присед палочку вперёд  2. и.п.  3. тоже  4. и.п.  И.п.- основная стойка, палочку за головой  1. мах левой ногой вперёд, палочку вперёд  2. и.п.  3. тоже правой  4. и.п.  И.п.- основная стойка, палочку внизу  1. прыжки в стойку ноги врозь  2. и.п.  3. тоже  4. и.п. | 5 мин | *восстанавливаем дыхание;* |
| **8** | | | Отработка технических приёмов и навыков игры в баскетбол: броски и различные передачи мяча в движении. |  | Смотри примеры упражнений в презентации. |
|  | 9 | Учебная игра. | | | 13 мин | Две команды |
|  |  | |  | |
| **Заключительная часть**  **5 мин** | 10 | | Упражнения на восстановление дыхания | | 30 сек |  |
| 11 | | Построение. Подведение итогов урока.  Домашнее задание. | | 1 мин |  |