**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 спортсменовУметь: выполнять ловлю, передачу, ведение мяча, броски мяча.Метапредметные: Овладение способностью принимать и сохранять цель и задачи урока, поиска средств их осуществленияЛичностные: 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 | ЗдоровьесберегающаяЗдоровьеформирующаяТехнология 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.Рисунок4Рисунок5 |
| **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 |  |