Конспект урока по физической культуре в 5 г классе.

**Тема урока:** «Совершенствование техники ловли и передачи баскетбольного мяча».

**Цель урока:** совершенствование техники ловли и передачи баскетбольного мяча.

**Задачи урока:** содействовать развитию координации движения, ловкости, скоростно-силовым способностям, воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи, развивать функциональную грамотность, содействовать воспитанию организованности в групповых действиях и самостоятельности принятия игровых решений;

**Тип урока:** тренировочный.

**Метод проведения:** словесный, наглядный, развития двигательных качеств.

**Инвентарь:** баскетбольные мячи, свисток, секундомер, карточки, текст.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Время проведения:** 1 час30 мин.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть урока. | Содержание. | Дозировка. | Организационно методические указания. |
| **1.Вводно-подготовительная** | 1. Построение класса  а) подготовка класса к уроку;  б) формулировка темы и цели урока;  в) строевые упражнения.  2.Ходьба по спортивному залу:  а)на носках, руки на поясе;  б)на внешней стороне стоп, руки на поясе;  в)на внутренней стороне стоп, руки на поясе;  г)на пятках, руки на поясе;  д)полной приседью, руки за голову;  е) прыжком вперед на двух ногах;  ж)прыжком вперед ноги вместе, ноги врозь;  3. Бег по спортивному залу, бег через середину с заданием:  а) бег с захлестом голени;  б)бег с подскоком на правую и левую ногу, руки на поясе;  в) бег приставным шагом правым боком;  г) бег приставным шагом левым боком.  4.Ходьба с восстановлением дыхания.  5. ОРУ:  а) руки прямые в стороны, круговые движения кистями, 1,2-вперед, 3,4-назад;  б) руки прямые вперед, скрестные махи правой и левой рукой, 1-правой рукой, 2-левой рукой, 3-правой, 4-левой;  в) руки прямые в низ, поднимание рук в стороны и вверх, 1-руки прямые в стороны, 2-руки прямые вверх, 3- в стороны, 4-вверх;  г) руки прямые в низ, поднимание рук вперед и вверх, 1-руки прямые в вперед, 2-руки прямые вверх, 3- вперед, 4-вверх;  д) руки перед грудью, рывки руками перед грудью и в стороны, 1,2-рывок перед грудью, 3,4-руки в стороны;  е) руки за голову, сведение и разведение локтей,1-сведение локтей, 2-разведение, 3-сведение, 4-разведение;  ж) правая рука вверх, левая вниз, рывки руками со сменой положения рук, 1,2-рывок правая вверх левая вниз, 3,4-смена положения рук.  Повторение техники безопасности на уроках баскетбола. | 30 мин. |  |
| Подготовка эмоционального настроя на урок. Попытаться, чтобы обучающиеся сами сформулировали тему и цель урока. Правильное выполнение команд.  Тянуть носок вперед, держать спину прямо.          Держать спину прямо, локти развести в сторону, смотреть вперед.  Прыгать на носках.    Чаще делать захлест.  Выше поднимать бедро, тянуть носок.  Выше делать подскок                Выполнять упражнения под счет, держать спину прямо, руки прямые, резче делать рывки руками. |
| **2. Основная часть урока** | 1.Построение в шеренгу.  Формирование функциональной грамотности:  2.Деление на две группы путем расчета на 1-го и 2-го.  Читательская грамотность: работа с текстом. Смотреть Приложение 1.  Креативное мышление: работа с мячами по заданному алгоритму (карточки, Приложение 2), ведение мяча на месте в движении, ловля и передача мяча.  3.Построение в 2 шеренги лицом друг к другу.  4.Передача мяча на месте в парах:  а) передача от груди двумя руками;  б) передача мяча от правого плеча;  в) передача мяча от левого плеча;  г) передача мяча из-за головы;  д) передача с отскоком от пола.   5. Игра “передал- беги”.          6. Эстафета «кто быстрее»  8.Игра «Баскетбол в цель» | 50 мин |  |
| Прочитать текст.  Ответы на вопросы по командам.  Работа в парах.  Соблюдать технику безопасности при передаче, выполнять правильно передачу мяча.    Обучающиеся делятся на 2 группы и строятся по группам в колонну напротив друг друга около своих линий. По команде первый игрок бежит с мячом до ориентира и передает мяч первому игроку команды напротив, передав мяч игрок бежит и становится сзади своей колоны. Игрок второй команды выполняет тоже самое. Игра продолжается до тех пор, пока первые игроки не займут свои места  Обучающиеся делятся на 2 группы и строятся около линии. У первых игроков по мячу. По команде первые игроки бегут до ориентира, возвращаются до второго ориентира и передают мяч в движении вторым игрокам, и становятся в колонну сзади. Вторые игроки выполнят тоже самое. Выигрывает команда которая первой закончит эстафету  Обучающиеся делятся на команды по 5 человек. С двух сторон зала рисуются кольца. Игроки занимают свои места. Игра баскетбол в цель, по правилам баскетбола Выигрывает та команда, которая забьет больше голов |
| **3. Заключительная часть** | 1. Построение класса  2. Подведение итогов урока.  3. Выставление отметок  4. Домашнее задание. | 10 мин. |  |
| Предложить оценить работу на уроке самим обучающимся, проведя игру «моя отметка за урок».  Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. (отжимание) м. 15 раз. д. 10 р.  (кто занимается спортом плюс 10р.) |

Приложение 1.

Площадка для баскетбола имеет форму прямоугольника размерами 28 на 15 метров. Средняя линия делит площадку на две половины, в центре которой есть маленький круг, из этого места начинается игра (рефери подбрасывает мяч в воздух, а по одному игроку от каждой команды пытаются им завладеть). Высота кольца составляет 3.05 метров. Возле каждого из колец есть дуга (полукруг) радиусом 6.75 м. (по стандарту ФИБА), которая является проекцией центра корзины. На расстоянии 5.80 м. от внутреннего края лицевой линии находится линия штрафного броска, имеющая длину 3.60 м.

**Обзор основных правил игры в баскетбол: закрепление материала**

А теперь, для закрепления материала, рассмотрим правила игры в баскетбол кратко по пунктам (выделено самое основное):

* Одновременно на поле с каждой стороны может присутствовать по 5 игроков (общее количество игроков в команде – 12, к-во замен не ограничено).
* Игра состоит из четырёх периодов, длительность каждого 10 минут (между вторым и третьим таймом даётся перерыв на отдых 15 минут).
* В баскетбол разрешается играть только руками. Мяч можно вести исключительно путём дриблинга, никаких пробежек быть не должно (пробежкой называется совершение баскетболистом более двух шагов без ведения мяча). **Если игрок вёл мяч, а затем остановился, больше совершать шаги он не имеет права.**
* Каждой команде предоставляется 24 секунды для проведения атаки. За этот отведённый правилами отрезок времени атакующая сторона должна попасть в кольцо мячом или хотя бы мяч должен коснуться края корзины.
* Игрокам запрещается находиться без мяча в трёхсекундной зоне более 3-х секунд.
* Нарушениями в баскетболе считается: пробежка, двойное ведение, остановка, а затем возобновление ведения, возвращение мяча на свою половину поля с половины соперника.
* За каждое попадание мячом в кольцо начисляются очки: 2 очка – в пределах дуги, 3 очка – за пределами дуги, 1 очко – штрафной бросок.
* В игре считается количество фолов (есть персональные и командные). Как только сторона набирает 5 команда фолов за одну четверть, за каждое последующее нарушение судья назначает два штрафных броска.
* Если игрок набрал за поединок 5 персональных фолов, его удаляют и заменяют запасным.

Приложение 2.

Ведение мяча на месте 5 раз

Ведение мяча на месте 5 раз

Ведение мяча на месте 5 раз

Ведение мяча на месте 5 раз

1. Какой формы баскетбольная прощадка?
2. Размеры баскебольной площадки, площадб баскетбольной площадки?
3. Как назавают судью в баскетболе?
4. С какого места начинается игра в баскетбол?
5. Чему равна высота кольца ?
6. Где находится линия штрафного броска?
7. Длина линии штрафного броска?
8. Сколько игроков должно быть в команде?
9. За что удаляют из команды и заменяют запасным игроком?
10. Сколько периодов в игре баскетбол?
11. Как называется совершение баскетболистом более двух шагов без ведения мяча?