План-конспект

урока по физической культуре с учащимися 7 класса.

Тема: Ведение, передачи баскетбольного мяча, на месте, в движении.

Цель: дальнейшее обучение техники ведения и передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.

Задачи:

- учить технике ведения и различным передачам баскетбольного мяча;

- развивать быстроту, ловкость, координацию движений;

-воспитывать интерес к спортивным играм, умение работать команде.

Тип: закрепление изученного материала.

Инвентарь: баскетбольные мячи, фишки, кегли, обручи.

Место проведения: спортивный зал.

Планируемые результаты.

Знают - технику ведения и передачи баскетбольного мяча.

Умеют- выполнять ведения и передачи.

Личностные результаты — проявляют умения работать в команде.

Системно – деятельностные результаты – применяют ловкость, координацию движения.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы  урока | Содержание | Дози­ровка | Организационно-методические указания |
| Вводно-подготовитель-  ный этап | Построение, рапорт, приветствие.  Сообщение задач урока. ТБ.  Строевые упражнения: ко­манды: «Налево!», «Направо!», «Кругом! ».  Ходьба, упражнение на осанку, спортивная ходьба, бег с изменением направления движения , перестроение дроблением и слиянием, в движении ОРУ | 10-12 мин | В одну шеренгу. Четко, громко.  Обратить внимание на осанку,  правильность выполне­ния строевых упражне­ний.  Соблюдать равнение, дистанцию.  Обратить внимание на правильность выполне­ния упражнений. |
| Основ­ной этап | Учащиеся строятся в две шеренги, лицом друг к другу. У одной шеренги мячи.  1.Ловля и передача баскетбольного мяча различными способами.  2.Ведение баскетбольного мяча:  - ведение мяча с чередованием правой, левой рукой.  - ведение мяча с изменением направления по сигналу.  - ведение мяча, обводя кегли.  3. Задание для развития дриблинга, владения мячом, учащиеся с мячами становится в ограниченной зоне, 3метра, от средней линии до линии нападения, выполняя ведения, стараются выбить мяч у соперника, при этом не потерять свой.  4.Игра «Снайпер»  Две команды, в колоне выполняют броски в кольцо, с трех указанных точек, забить по пять мячей с каждой точки, всего 15. | 25-30 мин | Мягким движением кисти и расставленных пальцев мяч толкаем вниз, удерживая руку внизу в ожидании от­скока мяча, затем под­нять руку вверх, вместе с мячом и снова толкаем мяч вниз. Ведение мяча правой рукой вперед, по сигналу начинаем вести мяч левой рукой с постепен­ным разворотом в левую сторону, то же самое левой рукой. По сигналу учителя, учащиеся ведут мяч, об­водя предметы, чередуя ведение правой рукой. При ловле мяча нуж­но сделать шаг вперед навстречу мячу, руки вытянуть чуть вперед. Внимательно следить за полетом мяча, и как только он кос­нется пальцев, сжать его, а руки согнуть в локтях. Поймав мяч, передаем мяч товарищу напротив.    Ведение изученными способами, не выходить из зоны игры, соблюдать правила баскетбола.  Выигрывает участник, не потерявший мяч.  Броски выполняют поточным способом, от груди  двумя руками, одной рукой от плеча, выигрывает команда, первая забившая 15 мячей. |
| Заключительный этап | - Построение.  - Подведение итогов, рефлексия.  - Домашнее задание. | 5 мин | В одну шеренгу. Отметить учащихся, наиболее лучше спра­вившихся с заданиями.  Учащиеся берут кубики (зеленые - хорошо, жёлтый - мне не всё понравилось, красный- мне было не интересно)  Повторить правила баскетбола, подготовить информацию Универсиада – 2017г.  Организованный уход в раздевалку. |