# Мартукская средняя школа №3

#  «Утверждаю»

#  Директор:

# Есалин А.С.\_\_\_\_\_\_

# Открытый урок

# по физической культуре в 4 «б» классе

# Тема: Баскетбол (ведение мяча, передачи, броски в кольцо)

# Выполнил: Калимулин Р.Р.

# 22 декабря 2016-2017 учебный год

# Тема: Баскетбол (ведение мяча, передачи, броски в кольцо)

**Цель:** учащиеся применяют навыки передачи, ведения мяча, броска по кольцу **Ожидаемый результат:** учащиеся знакомятся с техникой передачи мяча, ведением и броском мяча в кольцо.

**Метод проведения:** поточный, групповой, индивидуальный, игровой,

**Место проведения:** спортивный зал.

**Инвентарь:** баскетбольные мячи.

**Дата проведения:** 22.12.2016

**Время проведения:** 45 минут.

## Ход урока

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание урока** | **Дозировка** | **ОМУ(организационно-методические указания)** |
| **1. Подготовительная часть (15 минут)** |
| Построение, приветствие, сообщение задач урока. |   2 минуты | Проверка отсутствующих, проверка спортивной формы. |
| -ходьба по залу;-медленный бег;-спецбеговыеупражнения:-бег с высоким подниманием бедра;-захлест голени назад;-приставными шагами правым боком;-приставными шагами левым боком;-скрестным шагом правым боком;-скрестным шагом левым боком;-подъем прямых ног вперед;-подъем прямых ног назад;-прыжки на правой ноге;-прыжки на левой ноге;-ускорение;-восстановление дыхания;-деление на 2 группыО.Р.У на месте деление на 2 группы |  15 метров 12 кругов - 15 метров-15 метров-15 метров15 метров-10 метров-10 метров-10 метров-10 метров-10 метров-10 метров-15 метров | - соблюдать дистанцию;- соблюдать дистанцию;-руки работают как при беге;- руки работают как при беге;-вращение рук вперед;-вращение рук назад;-руки в стороны, соблюдать дистанцию;- руки в стороны, соблюдать дистанцию;- руки на поясе;-руки на затылок;- прыжки на носках;- прыжки на носках;- соблюдать дистанцию;подъем рук вверх - глубокий вдох, руки вниз – выдох;Выполнение учащимся по его очередности (оценивание) |
|  **2. Основная часть (26 минут)** |
| Передача мяча двумя руками от груди  | 10-12 повторений  | - пас игроку, получить пас обратно. Точность и правильное выполнение упражнения  |
| Передача мяча двумя руками от груди с отскоком | 10-12 повторений |  - пас игроку, получить пас обратно. Точность и правильное выполнение упражнения |
| Передача мяча двумя руками из-за головы | 10-12 повторений | - пас игроку, получить пас обратно. Точность и правильное выполнение упражнения |
| Передача мяча двумя руками от груди с отскоком | 10-12 повторений  | - пас игроку, получить пас обратно. Точность и правильное выполнение упражнения |
| Обвод мяча вокруг тела, восьмёрка между ног и передача от груди | 10-12 повторений  | - пас игроку, получить пас обратно. Точность и правильное выполнение упражнения |
| Передача мяча двумя руками от груди с отскоком в движение | 2-4 повторения |  - пас игроку, получить пас обратно. Точность и правильное выполнение упражнения. Не более 2 шагов |
| Передача мяча двумя руками от груди без отскока в движение | 2-4 повторения |  - пас игроку, получить пас обратно. Точность и правильное выполнение упражнения. Не более 2 шагов |
| Передача мяча двумя руками из-за головы без отскока в движение | 2-4 повторения |  - пас игроку, получить пас обратно. Точность и правильное выполнение упражнения. Не более 2 шагов |
| Передача мяча двумя руками из-за головы с отскоком в движение | 2-4 повторения |  - пас игроку, получить пас обратно. Точность и правильное выполнение упражнения. Не более 2 шагов |
| -ведение мяча,бросок в кольцо; | 4-6 повторения  | -ведение мяча одной рукой |
|  **Заключительная часть 4 мин** |
| -построение;-игра на восановление «Минутка»-подведение итогов;-оценивание;-сообщение домашнего задания; | -1 минута-1 минута-1 минута-1 минута | -равнение в шеренге;-восстановление дыхания;-объяснение ошибок;-выставление оценок;-комплекс ОФП |