# 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;  -спецбеговые  упражнения:  -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 группы  О.Р.У на месте  деление на 2 группы | 15 метров  12 кругов    - 15 метров  -15 метров  -15 метров  15 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 |