**План - конспект урока по баскетболу**

**Дата проведения:** 16 мая 2017 год.

**Класс** : 8

**Тема урока** : Баскетбол

**Цель:** Способствовать развитию двигательных качеств юных баскетболистов. Совершенствовать передачи и ведение мяча.

**Задачи:**

***Образовательные:***

* Развитие "чувства мяча" и координационные способности.
* Совершенствование техники передачи - ловли баскетбольного мяча. Совершенствование техники ведения мяча.

***Оздоровительные:***

* Развивать скоростно-силовые качества, быстроту реакции, точность движений, меткость.
* Развивать скоростную выносливость, прыгучесть.

***Воспитательные:***

* Формировать потребности и умение выполнять упражнения в соответствии с игрой в баскетбол.
* Развивать интерес к этому виду спорта. Пропаганда баскетбола.

**Межпредметные связи:** история, биология, английский язык, казахский язык.

**Форма проведения урока :**  урок - тренировка.

**Место проведения:**  спортивный зал ШЛ № 1 г. Костанай

**Инвентарь:** баскетбольные мячи, фишки, барьеры, теннисные мячи, интерактивное оборудование.

**Учитель :** Пархоменко А.А.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание урока** | **Дозировка** | **Организация и методика** |
| **Подготовительная часть:** | **13 мин.** |  |
| Вход в спортивный зал, построение в шеренгу, приветствие, объявление задач урока. ТБ. Биометрия. История развития б/б. | 2 мин. 30 сек. | Обратить внимание на внешний вид и на готовность к уроку. |
| Упражнения из строевой подготовки: повороты направо, налево.( на рус., каз.) | 30 сек. | Внимание на подачу  команд |
| Ходьба с заданием: передвижение в колонне, дистанция один метр.  1) на носках, 2) на пятках, 3) в полуприседе. | 2 мин. | Следить за осанкой и соблюдать дистанцию.  Подводящее упражнение для основной части урока. |
| Бег с заданием: приставными шагами, спиной вперёд, с высоким подниманием бедра, прямыми ногами вперед. | 2 мин. | Дышать равномерно. Вдох носом, выдох свободный. |
| Перестроение через середину зала в колонну по три. Общеразвивающие упражнения на месте. | 6 мин. | Следить за правильным выполнением упражнений. |
| **Основная часть урока:** | **29 мин** |  |
| Просмотр видеоролика о правильной стойке баскетболиста и ведении мяча. | 4 мин. | Краткий опрос  об услышанном |
| Построение в одну шеренгу, постановка задачи.  **1. Ведение и бросок.**  а ) Прыжки по полоскам( мяч над головой), ведение мяча вокруг фишек, 2 шага бросок мяча в корзину, под кольцом отжимания с перекатыванием мяча, ведение мяча вокруг фишек, два шага бросок мяча в корзину.  б ) По центру прыжки через барьеры на двух ногах ( мяч над головой) , ведение , два шага бросок мяча в корзину. | 1 мин.  8 мин. | Задание дети выполняют самостоятельно;  Следить за техникой ведения мяча и броска;  Отслеживать психологический настрой перед броском. |
| Построение в одну шеренгу. Перестроение через середину зала в колонну по два.  1. Ведение мяча на месте правой рукой 5 раз, левой 3 раза.  **2.Передачи мяча**  а) двумя руками от груди;  б) двумя руками с отскоком от пола;  в) одной рукой от плеча;  C:\Users\Система01\Desktop\hello_html_m675aa649.png  г) передачи 1игрок от груди, 2 от пола одновременно.  д) бросок над собой, вернуть передачу напарнику двумя руками от груди, поймать свой мяч.  е ) у одного теннисный мяч у второго баскетбольный, ведение мяча на месте, по сигналу выполняют передачу мяча.  ж ) ведение мяча пр. рр. на месте, левой рукой ловит мяч, ктр. набрасывает партнер, по сигналу меняются.   з ) один выполняет ведение мяча на месте, второй пытается выбить мяч у напарника.  3. Игра " Баскетбол" по упрощенным правилам. | 1 мин.  10 мин.  5 мин. | Задание дети выполняют самостоятельно;  Следить за техникой ведения мяча и передачами мяча.  Следить за техникой выполнения стойки баскетболиста.  Следить за техникой ведения и передач мяча. |
| **Заключительная часть:** | **3 мин.** |  |
| Уборка инвентаря. Работа с оценочными листами. Построение, подведение итогов. урока.  Рефлексия.  Выставление оценок. | 2 мин. | Использовать самооценку в парах  Построение в одну шеренгу. |
| Домашнее задание: сгибание разгибание рук из упора лёжа с опорой на мяч одной, двумя руками. | 1 мин. | Контроль на следующем уроке |
| Выход из зала. |  | Организованно, в колонне покинуть зал. |