**Баскетбол. Допты беру ұстау және алып жүру**

**Сабақтың мақсаты:**

**Білімділік:** Оқушыларға допты беру, ұстау және алып жүру әдістерін үйрету.

**Дамытушылық:** Оқушылардың жан-жақты өсіп жетілуі, жылдамдық ептілік сияқты қасиеттерін арттыру және батылдық қабілетттерін дамыту.

**Тәрбиелік:**Оқушыларды ұйымшылдыққа достыққа ,адамгаршілікке тәрбиелеу.

**Қолданылатын құрал-жабдықтар**: Доп, ысқырық секундамер, кегли жалауша.

Сабақтың барысы:

І. Дайындық бөлім (12мин)

Оқушыларды сапқа тұрғызып сәлемдесу. Оқушыларды түгендеу, спорттық киімдеріне назар аудару.

Жаңа сабақтың тақырыбы мен мақсат-міндеттерін хабарлау. Оқушыларды сапқа тұрғызып оңға, солға айнал дейтін бұйрықтарды дұрыс орындауға жаттықтыру. Бір мезгілде бұрылуды бірнеше рет қайталап орындату.

Қол белге қойып аяқтың ұшымен жүру. Қолды желкеге қойып өкшемен жүру. Бірқалыпты жүгіру.Арнайы жаттығулар тізені жоғары көтеріп жүгіру, оң (сол) жанымен секіріп жүгіру; теріс қарап жүгіру; адымды кең ашып жүгіру.Шеңбер жасап тұрғызып, жалпы дамыту жаттығуларын жасату. Арнайы сабақ тақырыбына байланысты жаттығулар жасату.

**ІІ. Негізгі бөлім (28минут) Тақырыбы**: Баскетбол допты беру, ұстау және алып жүру.

Допты екі қолмен кеуде тұсынан беру.

Допты екі қолмен төменнен беру.

Допты ұстау.

Оқыту әдістері.

1. **Допты бір орында тұрып ұстау мен беру.**
2. .жат.Мұғалім ортада тұрып, шеңбер бойындағы әрбір оқушыға кезекпен доп лақтырады. Ол ұстаған бетте допты қайта мұғалімге лақтырады.
3. жат. Оқушыларды санамақ арқылы екі топқа бөліп қарама-қарсы екі қатарға тұрғызып, допты қарсы тұрған әріптесіне лақтырып, оның лақтырған добын ұстау әрекетін ұсынуға да болады. Біртіндеп қатарларды бір –бірінен алшақтатып, лақтыру қашықтығын өсіре берген жөн.
4. **Қозғалыс үстінде допты лақтыру мен беру.**

Оқушылар алғаш өте қарапайым жаттығулар орындайды олар шеңбер жасап тұрып сағат тілінің бағыты мен және оған керісінше жүреді, ал мұғалім ортада тұрып допты әрбір оқушыға кезекпен лақтырады, оқушы өзі меңгерген беру әдістерін бірімен оны мұғалімге қайтарып лақтыру жаттығуларын орындайды. Осыдан кейін допты еденге соғып алып бара жатып ұстау мен беру тәсілдерін үйренеді. Бұдан соң осы тәсілдерді жүгіріп бара жатып орындауды үйренеді.

1. **Допты алып жүру.**

Оқушыларға көбіне допты оң және сол қолмен алып жүруді үйреткен жөн. Үйретуді допты баяу қарқынмен алып жүруден бастау керек. Содан соң оқушыларға допты дәл алып жүруді, кеглилердің арасымен алып жүру жаттығуларын орындату.Қисық ирелеңдеген бағытпен алып жүруді үйрету керек. Соңынан ереже бойынша баскетбол ойынын ойнату.

**ІІІ. Қорытынды бөлім.** (5 минут)

**Сапқа тұрғызу**.

Сабаққа жақсы қатысқан оқушыларды атап өту.

**Үйге тапсырма беру**