## План – конспект

урока по физической культуре

**Тема** Баскетбол

**Класс** 6

**Дата проведения 25.01.2018**

**Учитель.** Кравченко О.И.

**Задачи:**

**Образовательные**

1. Продолжить обучение технике передвижений, технике ведения мяча.

2. Развивать ловкость и быстроту реакции посредством физических упражнений, подвижных игр.

3. Укреплять здоровье учащихся через игровую деятельность.

**Развивающие**

1.Способствовать формированию умения адекватно воспринимать оценку учителя  и товарищей.

2.Способствовать развитию умения контролировать, оценивать свои учебные действия в соответствии с поставленными задачами.

**Воспитательные**

1. Воспитывать привычку к самостоятельным занятиям физической культурой.

2. Воспитывать морально - волевые качества (коллективизм, дружба, взаимопонимание, внимание, дисциплинированность).

**Формирование УУД**

Предметные:

* совершенствовать способы ведения мяча на месте и в движении;
* продолжить изучение понятий физических качеств: ловкость, быстрота реакции, координация движений;
* закрепить правила техники безопасности на занятиях баскетболом;
* укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, ловкости и координации.

Метапредметные:

Регулятивные:

* развивать умения планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям;
* уметь определять собственную деятельность по достижению цели;
* осуществлять самоконтроль выполнения упражнений;

Познавательные:

* развивать умение правильно использовать технические приемы баскетбола в процессе игровой деятельности;
* формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов баскетбола.

Коммуникативные:

* оценивать правильность выполнения упражнения самого себя и своих товарищей;
* формировать собственное мнение и позицию, договариваться, приходить к общему решению в совместной деятельности;
* формировать умения общаться со сверстниками в игровой деятельности.

Личностные УУД

* формировать умения проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели;
* формировать интерес к игре баскетбол;
* формировать положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями

**Тип урока:** комбинированный, обучающий.

**Метод проведения:** групповой.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Инвентарь и методическое оснащение**: мячи, свисток, секундомер, фишки, флажки, мультимедийный комплекс.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап  урока | Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения | Дозировка | Деятельность учителя | Деятельность ученика |
| Ориенти-  ровочно-  мотива-  ционный  14 мин. | 1. Построение, приветствие.  2. Беседа: «Техника безопасности на уроках баскетбола»  3. Ходьба:  а) на носках;  б) на пятках.  4. Разновидности бега:  а) лицом вперед;  б) спиной вперед  в) правым (левым) боком приставными шагами в стойке баскетболиста  5. Ходьба, упражнения для восстановления дыхания.  - 1-2 руки вверх – вдох  - 3-4 руки вниз – выдох  6. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре, все берут мячи  7.ОРУ с баскетбольными мячами на месте.   1. И.п.- стойка ноги врозь, мяч внизу 2. мяч к груди 3. мяч вверх 4. мяч к груди 5. И.п. 6. И.п.- стойка ноги врозь, мяч перед грудью 7. мяч вперед 8. И.п. 9. И.п.- стойка ноги врозь, мяч внизу 10. мяч вверх 11. мяч за голову 12. мяч вверх 13. И.п. 14. И.п.- стойка ноги врозь, мяч за головой 15. наклон туловища влево 16. И.п. 17. наклон туловища вправо 18. И.п. 19. И.п.- стойка ноги врозь, мяч за головой 20. наклон туловища вперед 21. И.п. 22. И.п.- стойка ноги врозь, мяч перед грудью, приседания 23. присесть, мяч вперед 24. И.п. 25. И.п.- основная стойка мяч перед грудью, выпады 26. выпад правой ногой, мяч вперед 27. И.п. 28. выпад левой ногой, мяч вперед 29. И.п. 30. И.п.- основная стойка, мяч внизу, прыжки 31. Прыжок в стойку ноги врозь, мяч вперед 32. И.п. 33. Прыжок в стойку ноги врозь, мяч вверх 34. И.п. 35. И.п.- стойка ноги врозь, мяч в правой руке 36. Бросок мяча правой, ловля - левой рукой 37. Бросок мяча левой, ловля - правой рукой 38. И.п.- стойка ноги врозь, вращение мяча вокруг туловища   1-4- вправо  5-8-влево   1. И.п. - ноги шире плеч, «восьмерка» | 1 мин.  3 мин.  2 мин.  2 мин  30 сек.  30 сек.  5 мин.  10 раз  10 раз  10 раз  5-6 раз в каждую сторону  6-7 раз  15 раз  12 раз  12 раз  10 раз  10 раз  10 раз | Учащиеся одеты в футболки 3-х разных цветов с целью быстрого перестроения по командам. Мотивировать учащихся к учебной деятельности посредством создания эмоциональной обстановки;  определить содержательные рамки урока  Создание ситуации для оценки готовности к уроку.  Использовать презентацию к уроку, выполненную в программе «Power Point»; обратить внимание на основные моменты:  -проверить игровое поле на наличие посторонних предметов.  -не играть на мокрой площадке.  -во время игры пальцы вперед не выставлять.  -не разводить локти в стороны.  -не отбирать мяч вдвоем, втроем, не подставлять бедро, не отбирать мяч сзади.  Демонстрация двигательных действий. Следить за дистанцией. Обратить внимание на осанку. Менять положение рук во время видов ходьбы.  Демонстрация двигательных действий. Следить за дистанцией, техникой выполнения.  Организует подготовку к практической работе учащихся  Демонстрация техники выполнения упражнений.  Закрепление знаний по двигательным действиям и исходным положениям.  Контроль техники выполнения упражнений  Выпрямить руки в локтевых суставах  Выпрямить руки в локтевых суставах  Выпрямить руки в локтевых суставах  Выполнять с максимальной амплитудой, наклон точно в сторону, руки на ширине плеч    Следить за выполнением приседаний  Следить за положением туловища, глубоким выпадом  Темп выполнения средний    Следить за техникой выполнения, правильной работой кистей рук. | Настрой на урок.  Самооценка готовности к уроку.  Измерение ЧСС  Учащиеся слушают и формулируют тему урока.  Выполняют задание, контролируют свои действия, ориентируясь на показ движений учителем.  Выполняют задание, контролируют свои действия, ориентируясь на показ движений учителем.  Восстанавливают дыхание    Организованно берут мячи.  Выполняют перестроение.  Обучающиеся выполняют движения в шеренгах по команде учителя.  Соотносят свои действия с командами учителя, бережно относятся к своему и чужому здоровью.  Контролируют свои действия. |
| Опера-  ционно-  испол-  нитель-  ский-  26 мин. | 1. Ведение мяча на месте:  - правой рукой  - левой рукой  - с изменением отскока мяча от пола (в высокой, средней, низкой стойке, сидя на полу)  2. П/и «Внимательные защитники»  3. Ведение мяча в движении:  - по прямой в заданном направлении  - с изменением направления  -по прямой с имитацией броска по кольцу после двойного шага  4. П/и «Выбей мяч»  5. Перестроение в колонну по одному | 5мин.  3 мин  14мин.  3 мин.  1мин. | Демонстрация двигательных действий. Акцентировать внимание на технику выполнения заданных упражнений  Повторить правила. Акцентировать внимание учащихся на ограниченное время игры  Демонстрация двигательных действий. Акцентировать внимание на технику выполнения заданных упражнений  Повторить Правила ТБ. Организовать перестроение в три группы по цветам маек для игры. Следить за соблюдением правил игры. Акцентировать внимание учащихся на ограниченное время игры  Организует подготовку к игре на внимание. | Соблюдают правила выполнения заданного двигательного действия, проявление дисциплинированности    Учащиеся делятся на защитников и нападающих. Используются зрительные сигналы, которые видят только нападающие. Защитник должен успевать двигаться вместе со своим нападающим. Цель игры - не потерять своего нападающего  Соблюдают правила выполнения заданного двигательного действия. Внимательно относиться к собственным переживаниям при допущении ошибок  Играющие выполняют ведение мяча, стараясь при этом свой мяч не терять, а чужой выбить. Если игроку это удается, он получает 2 очка, а игрок, у которого выбили мяч, – минус 1 очко.  Выполняют перестроение.  Организованно кладут мячи. |
|  |
| Реф-  лексив  но – оценоч-  ный  5мин. | 1.Игра на внимание  «Назови синие предметы».  2. Построение. Подведение итогов урока.  3.Домашнее задание | 2 мин.  2 мин.  1 мин. | Фронтальный метод.  Создание условий для осмысления проделанной работе на уроке, формирования самооценки.  Учитель: «Какие физические качества вы знаете?»(быстрота , сила, выносливость, гибкость, ловкость).  «А какое физическое качество развивается при работе с мячом?» (ловкость)»  Приседание "пистолет" до 12 раз на каждой ноге. | Формулируют конечный результат своей работы на уроке.  Обмен мнениями о выполнении задач урока.  Оценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя.  Осознать нужность домашнего задания. |