

Плахотнюк Елена Ивановна

Стесенко Владимир Николаевич

Муниципальное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 50

Хабаровский край, г. Комсомольск-на-Амуре

КОНСПЕКТ УРОКА ПО БАСКЕТБОЛУ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7 КЛАССА

Цель: Обучение навыкам владения элементами техники баскетбола.

Задачи:

1. Обучение технике перехвата мяча; ведению мяча в игре в баскетбол.
2. Развитие ловкости, прыгучести, быстроты.
3. Воспитание трудолюбия, чувство товарищества.

Тип занятия: Обучающий.

Метод проведения: фронтальный, групповой, индивидуальный, поточный, игровой.

Место проведения: Спортивный зал.

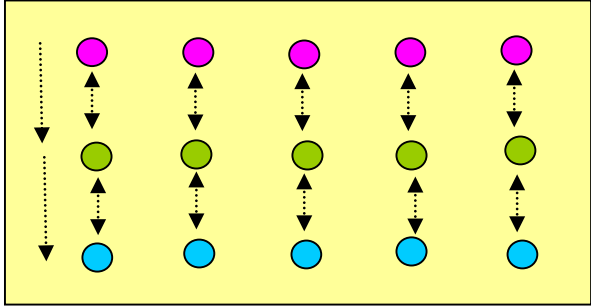

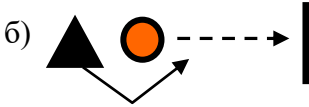
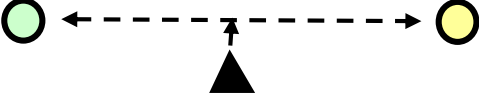

Инвентарь: баскетбольные мячи, стойки, мультимедийный комплекс (ноутбук, экран, колонки).


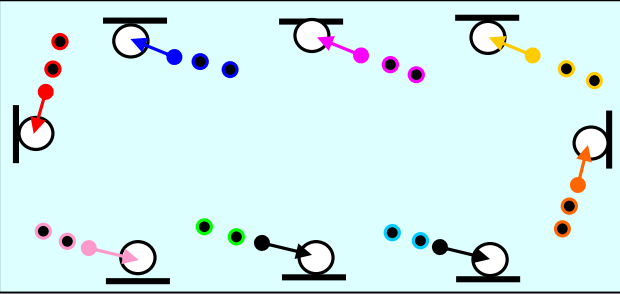
Время проведения: 45 мин.



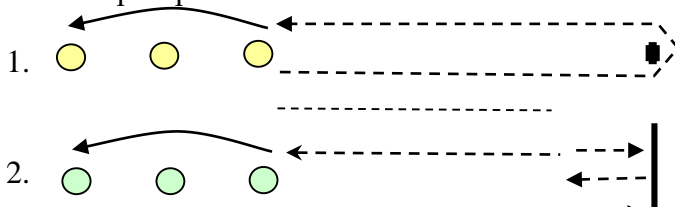
Часть урока	Содержание	Время	Организационно-методические указания
1	2	3	4
I.	Вводная	13 мин.	
	1. Построение, сообщение задач.	1 мин.	Дежурный строит класс, и сдает рапорт о готовности класса к уроку. Обратить внимание на самочувствие, спортивную форму, обувь занимающихся.
	2. Беседа: «Техника перехвата мяча в баскетболе»	6 мин	Использовать презентацию, к уроку выполненную в программе «Power Point»
	3. Ходьба, бег. а) ОРУ в движении: - ходьба, держась руками за голеностоп; - ходьба в сочетании с боксерскими движениями в различном темпе; б) Разновидность бега: - в медленном темпе; - с остановками по звуковому сигналу (свисток - ладонями коснуться пола с правой и левой стороны); - с ускорение по зрительному сигналу; - через каждые 4-5 шагов прыжок вверх толчком одной ногой;	3 мин. 30 сек. 15 сек. 15 сек. 2 мин. 1 мин. 30 сек. 5-6 раз 5-6 раз	Ноги прямые. Менять темп счета Чередовать стороны касания Прыжок точно вверх
	4. Подвижная игра «Охотники и утки»	3 мин.	Перестроение в два круга для проведения игры. Выигрывает команда, которая за 1,5 минуты осалит больше игроков.



II.	Основная	27 мин.	
	<p>1. Передача мяча в тройках:</p> <p>а) двумя руками от груди;</p> <p>б) двумя руками с отскоком от пола;</p> <p>в) одной рукой от плеча;</p> <p>г) за 30 сек – кто больше выполнит передач.</p>	5 мин.	<p>Класс перестроить из одной шеренги в три (упражнения выполнять в тройках).</p> 
	<p>2. Перехват мяча:</p> <p>1) передачи мяча в стену:</p> <p>а) защитник располагается сбоку нападающего;</p> <p>б) защитник располагается сзади нападающего;</p> <p>2) передачи мяча в парах, защитник сбоку линии передачи;</p> <p>3) игра «Собачка»</p>	10 мин.	<p>1.</p> <p>а)  б) </p> <p>2. </p> <p>3. </p> <p>Особое внимание на выбор момента для перехвата мяча, готовность ног для рывка и готовность рук и кистей для ловли.</p>

	<p>3. Взаимодействие 1 x 1</p> 	<p>5 мин.</p>	<p>Один - нападающий, другой – защитник. Нападающие двигаются произвольно по площадке, каждого из них опекает защитник, передвигаясь приставными шагами. Нападающий изменяет скорость и направление бега, пытаясь вывести из равновесия защитника и убежать от него. Через 30 секунд партнеры меняются местами.</p> <p>На одной половине площадки работают – девочки (3 пары), на другой – мальчики (3 пары), остальные отдыхают (через 1 минуту смена).</p>
	<p>4. Ведение 2 шага – бросок в кольцо:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) правой рукой; 2) левой рукой 	<p>7 мин.</p>	<p>Упражнение выполняется в тройках.</p>  <p>На команду учеников: попасть 10 раз, потом по сигналу переход к другому кольцу, против часовой стрелки; левой рукой ведение – бросок ученики выполняют с левой стороны щита, переходы против часовой стрелки.</p>



Ш.	Заключительная	5 мин.	
	1. Эстафета: а) обводка стоек: - левой рукой; - правой рукой; б) ведение - 3 передачи в стену (в квадрат) – ведение.	4 мин.	Класс перестроить в 3 колонны. 
	2. Подведение итогов. 3. Организованный уход из зала.	1 мин.	Указать на ошибки. Выделить ребят, которые хорошо справились с заданиями. Похвалить всех за работу.

