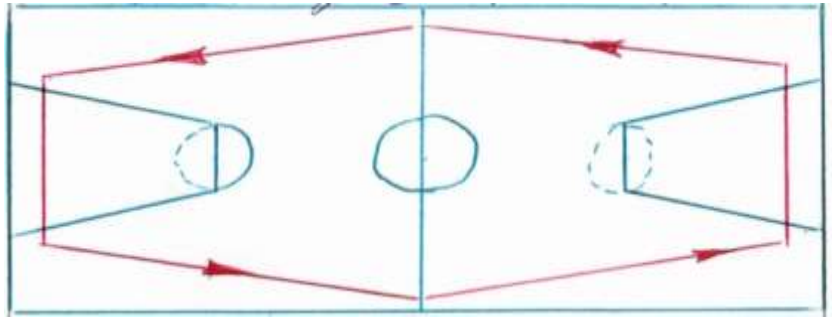
Конспект урока по теме: обучение навыкам игры в баскетбол

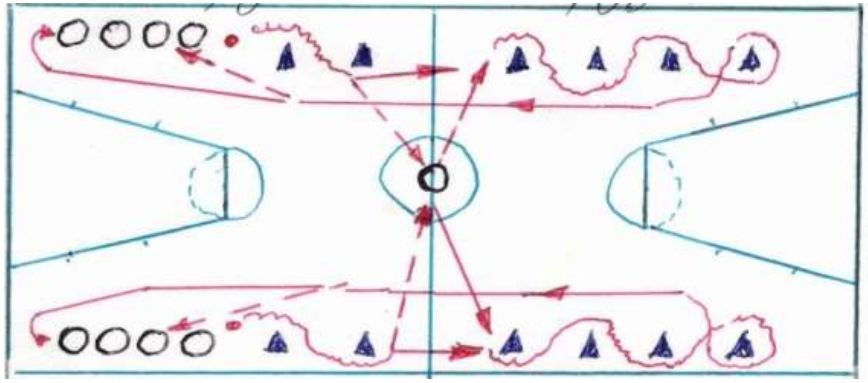
Организационная информация	
Тема урока	Обучение навыкам игры в баскетбол
Предмет	Физическая культура
Класс	11 «Б»
Автор урока (ФИО, должность)	Панчев Александр Иванович, учитель физической культуры
Образовательное учреждение	МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №16»
Республика/край, город/поселение	Московская область
Методическая информация	
Тип урока	Закрепление пройденного материала
Цели урока	Обучение и совершенствование техники ведения мяча с последующим броском после двух шагов.

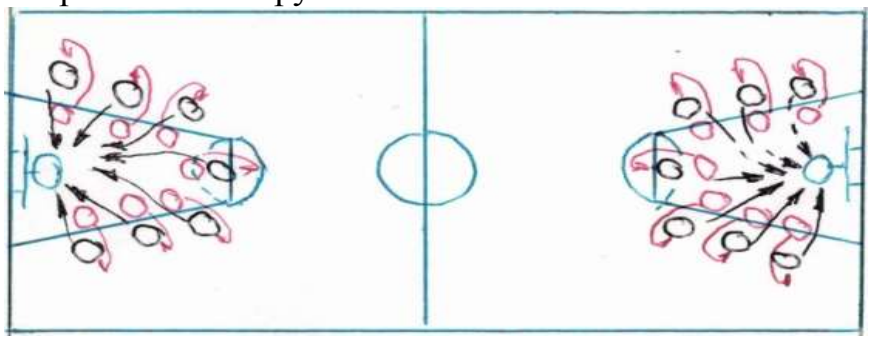
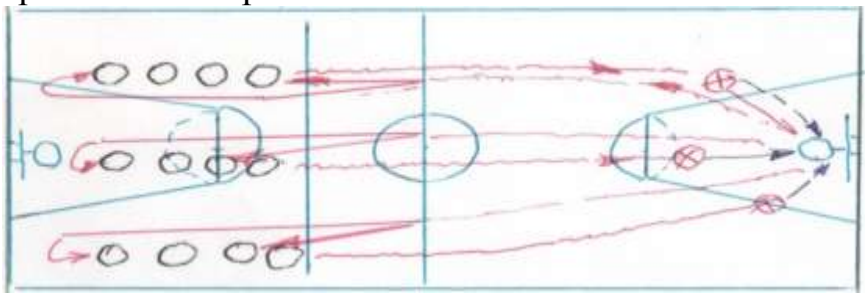
Задачи урока	**Образовательные:** - совершенствовать передачу – ловлю мяча на месте, при встречном движении; - совершенствовать умения в бросках мяча в корзину в движении с отражением от щита, подбор мяча; - совершенствовать игровые способности в учебной игре “Баскетбол”. **Развивающие:** - развивать двигательные качества – ловкость, быстроту движений, выносливость. **Воспитательные:** - воспитать дисциплинированность ученика и всего класса; - воспитать внимание: “ученик-ученик ”; “ученик-учитель”; - развивать личностные качества учащихся; - воспитывать морально-волевые качества – смелость, честность, коллективизм.
Педагогические технологии, применяемые на уроке	**Здоровьесберегающая технология;** **Педагогическая технология на основе личностной ориентации педагогического процесса**.
Необходимое оборудование и материалы	баскетбольные мячи, свисток.

ХОД УРОКА

Части урока	Содержание	Дозировка	Методические указания
Вводно-подготовительная часть **7-9 мин**	1. Построение. Рапорт. Приветствие. Сообщение задач урока. 2. Строевые упражнения: - выполнение команд «пол-поворота направо» «пол-поворота налево» 3. Ходьба 4. Медленный бег **Схема** выполнения беговой разминки.  Выполнение упражнений по диагоналям: а) правым, левым боком приставными шагами по диагоналям б) бег с высоким подниманием бедра в) бег с захлестом голени г) прыжки на правой, левой ноге д) прыжки с вращением рук вперед, назад е) ускорение	1-1,5 мин 30 сек 15 метров	интервал при построении ширина ладони между локтями учащихся выполнение поворота на 45 град ноги в коленях полусогнуты, имитация работы защитника выполнять с максимальной чистотой выполнять с макс. чистотой амплитуда вращения и прыжки максимальны

	ж) без задания		коленом рывок вверх
	5. **Ходьба**. Упражнение на восстановление дыхания по всему периметру зала.		постановка у боковой левой ноги, уход правой с замедлением руки через стороны вверх-медленный глубокий вдох, опустить вниз-выдох
	6.**Перестроение** из одной колонны в две, через центр зала	20 сек	интервал — 4 м, дистанция 1,5-2 м
	7. **Общеразвивающие** упражнения:		
	а) и.п. ноги на ширине плеч, руки на пояс		
	1-2 наклон влево		
	3-4 наклон вправо		смотреть в сторону наклона
	б) и.п. Ноги на ширине плеч, руки за голову		
	1-2 поворот влево		локти в сторону, подбородок приподнять
	3-4 поворот вправо		
	в) и.п. Основная стойка	6-8 раз	
	1 руки вверх		
	2-3 наклон к левой, правой ноге		прогнуться, колени не сгибать
	4 и.п.	6-8 раз	
	г) и.п. Основная стойка		
	1 упор присев		руки прямые, прогнуться, смотреть прямо
	2 упор лежа		
	3 упор присев	6-8 раз	
	4 и.п.		
	д) и.п. Упор-присев выпрыгивание		ноги в коленях выпрямляять полностью
	е) и.п. Руки в замок перед грудью	6-8 раз	смотреть в сторону выполнения

	1 выпрямление в локтевом суставе, кисти наружу вперед 2 и.п. 3 выпрямление в локтевом суставе, кисти наружу вверх 4 и.п. ж) и.п. Основная стойка, руки вверх. С силой сжимать и разжимать пальцы рук	10 раз 6-8 раз 12-14 раз	упражнения руки прямые
Основная часть **31-32 мин**	1. В парах передача мяча одной рукой от плеча (правой, левой) 2. Ведение мяча левой-правой рукой, обводя партнера, по сигналу быстрое ведение вокруг партнера 	3 мин 4*20 сек 2*2 раза 5 мин	следить, чтобы передача шла от плеча, а не от головы. Выполнять с шага М-22, Д-20 сначала выполняют левой в одну сторону, правой -в другую Ведение. Первый шаг, когда мяч берется в руки. Второй шаг - руки с мячом вверх, сильно отталкиваясь. Помогать ногами. Рука выпрямляется полностью с финальным усилием кисти.

	3. Бросок по кольцу после 2-х шагов после ведения 4. Бросок мяча 1 рукой с зачетных точек  5. Двусторонняя учебная игра в баскетбол с применением броска после 2-х шагов 	5 мин смена через 5 бросков 7 мин 12 мин	Объяснять ошибки, допускаемые во время игры
Заключительная часть	1. Построение 2. Игра на внимание «Определи время» в движении 3. Построение в одну шеренгу 4. Выставление оценок 5. Домашнее задание 6. Организованный уход с урока	3-4 мин	Продвижение по кругу. Д.З. Поднимание туловища из положения лежа , руки за головой М-35 раз.