

КОНСПЕКТ

урока по баскетболу для учащихся 6 классов

Цель: Формирование прочных навыков владения техникой игры в баскетбол.

Задачи:

1. Обучить технике перехвата мяча и совершенствовать технику ведения мяча в игровых условиях.
2. Способствовать развитию ловкости, прыгучести, быстроты реакции и координации движений.
3. Воспитывать трудолюбие, коллективизм, чувство ответственности перед командой и взаимовыручку.

Тип занятия: Учебно-тренировочное занятие.

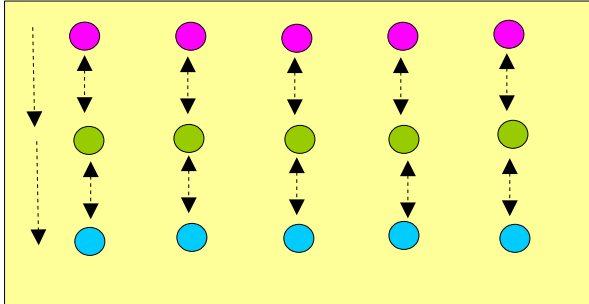
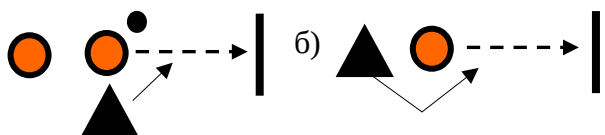
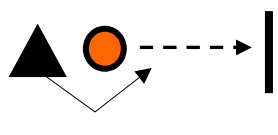
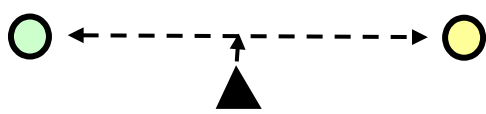
Метод проведения: Фронтальный, групповой, индивидуальный, поточно-игровой методы с использованием наглядных пособий и технических средств.

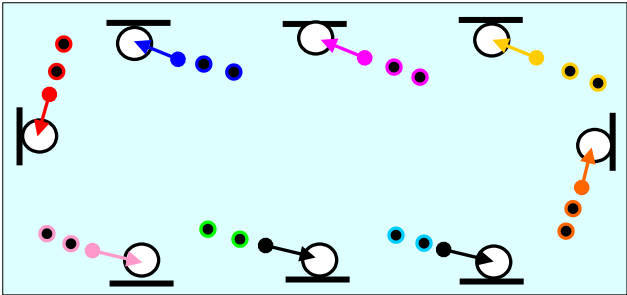
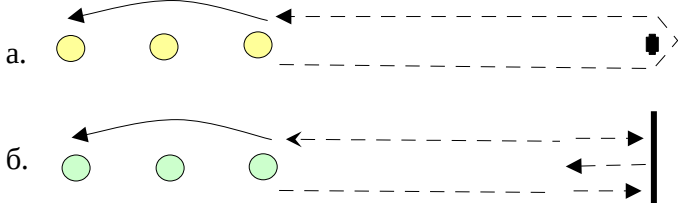
Место проведения: Спортивный зал школы.

Инвентарь: Баскетбольные мячи, тренировочные стойки, мультимедийное оборудование (ноутбук, проектор, экран, аудиокolonки).

Продолжительность занятия: 45 минут.

Часть урока	Содержание	Время	Организационно-методические указания
1	2	3	4
I.	Вводная	13 мин	
	1. Построение, сообщение задач.	1 мин	Дежурный выстраивает учащихся в шеренгу. Проверяется наличие спортивной формы и специальной обуви у каждого ученика. Особое внимание уделяется соответствию экипировки требованиям безопасности занятий спортом.
	2. Беседа: «Техника перехвата мяча в баскетболе»	6 мин	Использовать подготовленную заранее презентацию, для визуализации теоретического материала и повышения эффективности восприятия информации учащимися.
	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 ускорением 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	3 мин	Перестроиться в два concentрических круга для

	утки»		начала подвижной игры. Победителем становится та команда, которой удастся за отведённое время (1,5 минуты) осалить большее количество участников противоположной команды.
II.	Основная	27 минут	
	Передача мяча в тройках выполняется следующим образом: а) передача мяча двумя руками от груди; б) передача мяча двумя руками с отскоком от пола; с) передача мяча одной рукой от плеча; д) соревнование: за 30 секунд каждая группа должна сделать максимальное количество правильных передач.	5 мин	Класс перестроить из одной шеренги в три (упражнения выполнять в тройках). 
	2. Перехват мяча: 1) передачи мяча в стену: а) защитник располагается сбоку нападающего; б) защитник располагается сзади нападающего; 2) передачи мяча в парах, защитник сбоку линии передачи; 3) игра «Собачка»	10 мин	1. а)  б)  2.  3.  Особое внимание уделить выбору оптимального момента для совершения перехвата мяча. Важно своевременно подготовиться ногами к быстрому старту и держать руки и кисти в готовности для точной ловли мяча.
	3. Взаимодействие 1 x 1 	5 мин	Организация упражнения следующая: каждый ученик делится на пару, где один выступает в роли нападающего, второй – защитника. 1. Начало движения: Нападающие начинают двигаться произвольным маршрутом по площадке, каждому из них соответствует персональный защитник. 2. Защитники следуют: Защитники сопровождают нападающих, используя только приставные шаги, стремясь сохранить дистанцию и контроль над ситуацией. 3. Тактика нападения: Нападающим разрешено менять темп передвижения и направление бега, пытаясь дезориентировать защитников и вырваться вперед.

			4. Интервал смены ролей: Через каждые 30 секунд игроки внутри каждой пары меняют свои роли: бывший нападающий становится защитником, и наоборот. Те участники, которые временно находятся вне активной фазы упражнения, получают небольшой перерыв. Каждые 60 секунд осуществляется полная ротация всех пар.
	4. Ведение 2 шага – бросок в кольцо: 1) правой рукой; 2) левой рукой	7 мин	Упражнение выполняется в тройках.  Задание для команд следующее: Команда должна выполнить ровно десять попаданий в кольцо. После достижения цели (десяти попаданий): - По специальному сигналу учителя учащиеся переходят к следующему игровому кольцу, осуществляя движение исключительно против часовой стрелки. Дополнительное условие: - Если упражнение включает ведение мяча и броски левой рукой, то ученики обязаны находиться именно слева от щита и переходить к другим корзинам также против часовой стрелки.
III.	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	Подвести итоги урока, обратив особое внимание на наиболее часто встречающиеся ошибки, выявленные в ходе упражнений. Отметить тех учеников, которые успешно выполняли задания, проявили высокую активность и продемонстрировали хорошую технику. Подчеркнуть вклад всей группы, похвалив всех учащихся за усердие и ответственное отношение к выполнению заданий.