

**План-конспект
проведения урока физической культуры
в 7 классе
Тема: «Баскетбол. Передача мяча»**

**Разработал: учитель
физической культуры
Дескович В.С.**

п. Новотерский

Тема: «Баскетбол. Передача мяча».

Цели:

Образовательные: формирование у детей двигательных умений и навыков, получение ими элементарных сведений. Совершенствование техники передачи, видение, броска мяча в кольцо после двух шагов.

Коррекционные: Развитие игрового мышления посредством подвижных игр с элементами баскетбола; развитие психофизических качеств (внимание, мышление, память, координацию движения)

Развивающие: Развивать скоростно-силовые качества, быстроту реакции, точность движений.

Воспитательные: Воспитывать взаимопонимание учащихся, чувства последовательности, командный дух. Развивать интерес к игре в баскетбол.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование: Телевизор, компьютер.

Инвентарь: баскетбольные мячи, свисток.

Методы обучения: словесный, практический, игровой, соревновательный.

Тип урока: комбинированный.

Общая продолжительность урока: 40 мин.

Дозирование:

1. Вводно-подготовительная часть (15 минут).
2. Основная часть (20 мин).
3. Заключительная часть (5 мин.)

Ход урока.

Баскетбол — азартная игра,
Требует реакции, вниманья.
И сноровки, даже мастерства,
Пригодятся: меткость и старанье.

Вот прыжок и по кольцу бросок!
Но противник сверху насаждает.
И победный сделан был рывок,
Мяч в корзину метко попадает.

(Слайд 1. «Изображение баскетболиста в движении»)

1. Построение, приветствие сообщение задач урока. Краткая информация учителя об истории возникновения этого вида спорта и правилах игры.

(Видео просмотр. Показ игры в движении фрагмент фильма «Движение вверх»)

(Родиной баскетбола являются Соединенные Штаты Америки. Игра была придумана в 1891 году в учебном центре Христианской молодежной ассоциации в Спрингфилде, штат Массачусетс.

В 1932 году основана Международная федерация любительского баскетбола. В состав федерации вошли 8 стран: Аргентина, Греция, Италия, Латвия, Португалия, Румыния, Швеция, Чехословакия. Исходя из названия, предполагалось, что организация будет возглавлять только любительский баскетбол, однако, в 1989 году, профессиональные баскетболисты получили допуск к международным соревнованиям, и слово «любительский» было изъято из наименования. Самый первый международный матч состоялся в 1904 году, а в 1936 году баскетбол попал в программу летних Олимпийских игр).

***Правила** игры в баскетбол неоднократно менялись вплоть до 2004 года, когда оформился окончательный вариант правил, который считается актуальным до сегодняшнего дня. В баскетбол играют две команды. Обычно команда состоит из 12 человек, 5 из которых являются полевыми, а остальные считаются игроками на замену. Ведение мяча в баскетболе. Спортсмены, владеющие мячом, должны передвигаться по полю, ударяя им в пол. Баскетбольный матч состоит из 4 периодов или таймов. Между периодами предусмотрены короткие перерывы, а между вторым и третьим периодом время перерыва увеличено. Заброшенный в корзину мяч может приносить разное количество очков своей команде. Если мяч заброшен во время штрафного броска, то команда зарабатывает 1 очко. Если мяч заброшен со средней или близкой дистанции (ближе 3-х очковой линии), то команде дается 2 очка. Три очка зарабатывает команда, если мяч заброшен из-за трехочковой линии. Если в основное время обе команды набрали одинаковое число очков, то назначается 5 минутный овертайм).*

1. Строевые упражнения. Четкое выполнение команд:

- Ходьба и упражнение в ходьбе: ходьба на носках, пятках, внешней и внутренней сторонах стопы (следить за осанкой)
- Равномерный бег (следить за дыханием)
- специальные беговые упражнения (выполнение строго по диагонали)
- ОРУ в движении. Например: кисти рук к плечам, круговые вращения плечевого сустава вперед и назад по 4 раза (следить за глубоким вращением); правую руку поднять вверх, левую опустить вниз, отвод прямых рук назад 6-8 раз (руку в локтях не сгибать); руки перед грудью в согнутых локтях, разгибание рук в сторону 6-8 раз (руки должны разводиться на уровне плеча); руки подняли вверх над собой, вращение прямых рук вперед и назад 6-8 раз (руки не должны быть согнутых в локтях).

II. Основная часть. Разделить класс на две группы.

Показ и отработка ведения и броска мяча в кольцо после двух шагов. Группы строятся в две колонны противоположных сторонах зала по свистку капитан каждой колонны ведет мяч по зигзагу со сменой направления движения и переводом мяча перед собой и совершает бросок с двух шагов по кольцу. По свистку смена сторон.

Передача мяча с забеганием. Ведущий каждой группы выходят на передачу мяча в центр. Первый стоящий с каждой колонны выполняет передачу мяча впереди стоящему и выбегает на передачу мяча из-за условных соперников. После ловли осуществляет ведение мяча дальней рукой и, прикрывая мяч от соперников, выполняет два шага и бросок по кольцу. Сам становится в конец колонны (следить за точной передачей мяча)

Выполнение два шага с финтом. Ведущие стоят между двумя условными соперниками, после ловли мяча делает обманное движение (финт) в противоположную сторону от передачи и широкий шаг в сторону передачи и дальней рукой ведет мяч. Выполняя два шага и бросок по кольцу.

Чтоб на широком шаге спиной прикрывали мяч.

Передача мяча в два паса с забеганием. Первые двое из каждой колонны становятся на штрафную и в угол площадки. Первый стоящий в колонне выполняет передачу мяча центральному, выбегая на передачу мяча из-за спины. В центре стоящий выполняет передачу стоящему в углу, тот передает мяч забегающему игроку. После ловли выполняет ведение мяча два шага и бросок по кольцу (передачу мяча выполнять точно в руки и с шагом).

Игра с элементами баскетбола “Меткий индеец”.

Дети распределяются на команды по числу щитов на площадке, и становятся в середине ее на указанные места. У первых игроков в руках мяч. По сигналу каждый ведет мяч к щиту, останавливается, бросает мяч указанным способом, ловит и передает его следующему товарищу по команде. Выигрывает команда, сделавшая больше попаданий.

Вариант. Броски мяча в корзину без ведения мяча.

Игра "Челнок". Класс делится на три группы. Две группы становятся на противоположных сторонах площадки, одна группа начинает атаку в одну сторону, при этом защищающаяся команда разбирает всех игроков персонально. В случае удачной атаки выводят мяч в противоположную сторону, при этом вторая команда препятствует выводу мяча до средней линии.

III. Заключительная часть:

1. Построение.

2. Подведение итогов урока.