

**Конспект «открытого» урока по баскетболу
для учащихся 3-го класса
«Совершенствование техники передачи, ловли и ведения
баскетбольного мяча»**

*Соболева Светлана Васильевна,
учитель физической культуры
МБУ «Школа № 93» г.о. Тольятти*

Тема урока: Совершенствование техники передачи, ловли и ведения баскетбольного мяча

Задачи урока:

- Образовательные: совершенствовать передачу – ловлю мяча на месте, при встречном движении; совершенствование техники ведения; совершенствование техники передвижений в стойке баскетболиста.
- Развивающие: развивать двигательные качества – ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые; развитие специальной выносливости посредством игровой подготовки.
- Воспитательные: воспитывать морально-волевые качества – смелость, честность, коллективизм, ответственность, взаимовыручка

Место проведения: спортивный зал № 1 МБУ «Школа № 93»

Тип урока: совершенствование изученных элементов

Используемый инвентарь: кегли, баскетбольные мячи, манишки.

Ход урока

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Организационно-методические указания
I.	Подготовительная	10 минут	
	1. Построение. Организационные моменты. Строевые упражнения. - Для того чтобы я вам рассказала, чем мы с вами будем сегодня заниматься, вы должны отгадать с каким предметом мы будем работать на уроке:	1 минута	Четко выполнять строевые упражнения. Дети дают ответ хором.

	<p>Он лежать совсем не хочет, Если бросишь, он подскочит, Бросишь снова, мчится вскач, Отгадайте – это ... (мяч)</p> <p>Сообщение задач урока.</p> <p>Строевые упражнения.</p>		
	<p>Ходьба:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ходьба на носках, руки в стороны 2. ходьба на пятках, руки за головой 3. ходьба перекатом с пятки на носок, руки на пояс 4. ходьба в полуприсяде, руки за спиной 	<p>12-15 м</p> <p>12-15 м</p> <p>12-15 м</p> <p>10-12 м</p>	<p>Выше на носках, руки напряжены</p> <p>Спина прямая, локти разведены</p> <p>Выше поднимаемся на носки.</p> <p>Лопатки соединить, локти обхватить</p>
	<p>Бег.</p> <p>Перемещения в высокой стойке игрока правым боком.</p> <p>Перемещения в высокой стойке игрока левым боком.</p> <p>Перемещения в средней стойке игрока правым боком.</p> <p>Перемещения в средней стойке игрока левым боком.</p> <p>Ходьба, восстановление дыхания.</p>	<p>200-250 м</p> <p>15-20 м</p> <p>15-20 м</p> <p>15-20 м</p> <p>15-20м</p> <p>1 минута</p>	<p>Бежим в строю, в среднем темпе</p> <p>Перемещаемся приставным шагом, руки впереди готовы принять мяч.</p> <p>Перемещения выполняем по диагонали, по боковым линиям медленно бегом.</p>
	<p>Перестроение из одной колонны в две.</p> <p>- Со здоровьем дружен спорт, Стадион, бассейн, корт, Зал, каток – везде вам рады. За старание в награду Будут кубки и рекорды, Станут мышцы ваши тверды Только помните спортсмены: Физкультура непременно Начинается с разминки Дисциплины и улыбки!</p>		<p>Следить за четкостью выполнения команд.</p>
	<p>Перестроение двух колон в два круга.</p> <p>ОРУ в игре “Смена мест”</p> <p>Две команды образуют два круга на</p>	<p>6-7 минут</p>	<p>Команда, образовавшая круг первой получает 1 балл. Баллы суммируются, и в конце разминки определяется команда</p>

	разных сторонах площадки. Учитель показывает упражнения, дети повторяют его под счет. По свистку преподавателя учащиеся прекращают выполнение упражнений, бегут на противоположную сторону площадки и там образуют круг (т.е. меняются местами с другой командой).		победитель.
	1. И.П. – стоя, руки на пояс 1 – 4 – круговые движения головой вправо 5 – 8 – круговые движения головой влево	4-6 раз	Следит за осанкой
	2. И.П. – стоя, руки за голову 1-2. - наклон головы вперед, свести локти 3-4. – развести локти, с сопротивлением рук поднять голову	4-6 раз	Достать подбородком до груди, поднимать голову с небольшим сопротивлением руками.
	3. И.П. – стоя, руки в стороны 1-4. – сгибание, разгибание пальцев рук 5 – хлопок руками вверх 6 – хлопок руками вниз за спиной 7 – хлопок руками вверх 8 – И.П.	5-7 раз	Выполнять упражнение всем одновременно.
	4. И.П. – стоя, руки перед грудью сцеплены в замок 1 – руки вперед, вывернуть наружу 2 – И.П. 3 – руки вверх, встать на носки 4 – И.П.	5-7 раз	Потянуться выше за руками, встать на носки
	5. И.П. – стоя, руки перед грудью 1-2 – 2 рывка согнутыми руками 3-4 – 2 рывка прямыми руками с разворотом вправо 5-6 – 2 рывка согнутыми руками 7-8 – 2 рывка прямыми руками с	4-6 раз	Резче рывки, при рывках соединять лопатки.

	разворотом влево		
	<p>5. И.П. – стоя ноги врозь, руки за головой</p> <p>1 – разворот туловища вправо</p> <p>2 – И.П.</p> <p>3 – разворот туловища вправо, руки в стороны</p> <p>4 – И.П.</p> <p>5 – 8 – то же в левую сторону</p>	4-6 раз	Ноги остаются неподвижными, выполнять разворот только туловищем.
	<p>6. И.П. – стоя ноги врозь, руки на пояс</p> <p>1 – наклон вниз</p> <p>2 – приставить ногу, наклон вниз</p> <p>3 – шаг правой в сторону, наклон вниз</p> <p>4 – И.П.</p>	5-7 раз	Следить за согласованностью работы рук и ног. Касаться руками пола.
	<p>7. И.П. – стоя ноги врозь, руки на пояс</p> <p>1 – наклон прогнувшись вперед, руки в стороны</p> <p>2 – И.П.</p> <p>3 – наклон вправо, левая рука вверх</p> <p>4 – И.П.</p> <p>5 -8 – тоже, но в левую сторону</p>	5-7 раз	Сильнее прогиб, ниже наклон, вверху рука прямая.
	<p>8. И.П. – стоя, руки к плечам</p> <p>1 – перекаат с носков на пятки, руки в стороны</p> <p>2 – И.П.</p> <p>3 – перекаат с пятки на носки, руки вверх</p> <p>4 – И.П.</p>	5-7 раз	Следить за согласованностью работы рук и ног.
	<p>9. И.П. – О.С.</p> <p>1 – выпад правой вперед, руки за голову</p> <p>2 – И.П.</p> <p>3 – 4 – то же с левой ноги</p>	5-7 раз	Спина прямая, локти развести, сзади стоящая нога прямая.

	<p>10. И.П. – стоя, руки за головой 1 – присед, руки в стороны 2 – И.П. 3 – мах правой вперед, руки вперед 4 – И.П. 5 -8 – тоже, но мах левой ногой</p>	4-6 раз	Спина прямая, руки точно в стороны и напряжены. Выше мах, достать носком до рук.
	<p>11. И.П. – стоя, руки на пояс 1 – 4 – прыжки с прямыми ногами в стороны 5 – 6 – 2 прыжка на правой, руки в стороны 7 – 8 – 2 прыжка на левой, руки в стороны</p>	4-6 раз	<p>Следить за согласованностью работы рук и ног, прыгаем выше на носках.</p> <p>Подведение итогов игры “Смена мест”. Отметить команду, набравшую большее количество баллов.</p>
II	Основная	25 минут	
	<p>Совершенствование ловли и передачи и ведения баскетбольного мяча. Перестроение в три колонны. Направляющий становится на против своей колонны на расстоянии 4 м и поочередно с каждым выполняет разновидности передач.</p>		После выполнения каждого вида передач, направляющим становится следующий.
	<p>Передача двумя руками от груди по средней траектории. Передача двумя руками от груди с отскоком о пол. Передача двумя руками из – за головы по высокой траектории. Передачи правой и левой рукой от плеча. - С моими заданьями вы справились ловко, А помогла вам тренировка. Волшебный мяч скорее берите Что изучили, покажите!</p>	<p>по 3 раза каждый по 3 раза каждый по 3 раза каждый по 4 раза каждый</p>	<p>Мяч передаем точно в руки. Следим за разворотом рук, отскок мяч выполняет один раз. Передача выполняется за при согласованной работе рук и ног. Передаем точно в руки по средней траектории.</p>
	<p>Эстафеты для совершенствования ловли, передачи и ведения баскетбольного мяча.</p>		Используем соревновательный метод Каждая команда выполняет эстафетные задания.

			Эстафета считается законченной, когда финиширует последний и капитан поднимает мяч вверх.
	1. Ведение баскетбольного мяча до отметки правой рукой, назад левой.	по 1 разу каждый	Следить за техникой ведения. Рука согнута в локтевом суставе на 90 градусов, пальцы максимально разведены и напряжены. Мяч выполняет отскок до бедра.
	<i>Загадка № 1</i> В спортзале есть и слева щит, И справа, как близнец, висит, На кольцах есть корзины, И круг посередине. Спортсмены все несутся вскач И бьют о пол беднягу-мяч. Его две группы из ребят В корзины “выбросить” хотят. Достанут... и опять о пол! Игра зовётся ...(баскетбол)		Каждая загадка задается одной команде. Отвечать дети могут хором. За правильный ответ команда получает 1 балл. Если команда не отгадала, дается право следующей команде. Подведение итогов 1 эстафеты.
	2. Введение приставным шагом до отметки правым боком и левой рукой, назад левым и правой рукой.	по 1 разу каждый	Передвигаться в средней стойке баскетболиста.
	<i>Загадка № 2</i> В этом спорте игроки Все ловки и высоки. Любят в мяч они играть И в кольцо его кидать. Мячик звонко бьет об пол, Значит, это ... (баскетбол)		
	3. Ведение мяча с изменением направления	по 1 разу каждый	Промежуточное подведение итогов. Обводим каждую кеглю
	<i>Загадка № 3</i> Скачет молодец Между двух колец! Вместе с игроками, С длинными руками! (баскетбольный мяч)	по 1 разу каждый	Подведение итогов 3 эстафеты.
	4. Ведение мяча передвигаясь до	по 1 разу	Стараемся выполнять в

	<p>отметки спиной вперед, назад с ведением обычно бегом</p> <p><i>Загадка № 4</i></p> <p>От ударов мяча трещит С кольцом и корзиной ... (баскетбольный щит)</p>	каждый	среднем темпе.
	<p>5. Челнок</p> <p>Капитан команды становится напротив своей команды в бм, в руках у него мяч. Он выполняет ведение до отметки, делает передачу с отскоком об пол, сам возвращается назад бегом. Спортсмен с мячом выполняет ведение до своей отметки и передачу с отскоком об пол, становится в конце команды и т. д.</p> <p><i>Загадка № 5</i></p> <p>Под свисток судьи финальный Был забит последний мяч, Нашей славною победой Завершился трудный... (матч)</p> <p><i>Загадка № 6</i></p> <p>Любой болельщик удивится, Мяч умчался за границу. Что объявится судьей, В ситуации такой? (аут)</p>		<p>Промежуточное подведение итогов.</p> <p>Согласованно работать капитану и команде, стараться при передаче не делать пробежек.</p> <p>Подведение итогов эстафет</p>
Ш	Заключительная	5 минут	
	<p>1. Упражнение на внимание.</p> <p>Учащиеся стоят в колоннах. Учитель называет разные движения, а показывает другие. Дети должны выполнить то, что учитель называет. Кто ошибся, выходит и встает перед кеглей.</p> <p>Построение, строевые упражнения, подведение итогов урока.</p>	3-4 минуты	В конце отмечают самые внимательные учащиеся.
	<p>- До чего ж вы хороши, милые детишки, Занимались от души и без передышки Вы готова целый день заниматься с нами, Но, увы, пришла пора расставаться с вами.</p>		<p>Следить за четкостью выполнения команд.</p> <p>Домашнее задание: подобрать по 2 упражнения на внимание.</p>

