**Конспект урока по физической культуре**

**«Баскетбол. Нападение, взаимодействие игроков»**

**Цель** урока: показ использования приемов по совершенствованию техники и тактики игры в баскетбол с целью активизации познавательной деятельности учащихся.

**Учебные задачи**: разучить взаимодействие игроков в нападении «тройка», совершенствовать бросок одной рукой от плеча в прыжке, сочетание приемов: передач, ведения и бросков, усвоение учащимися знаний о тактических взаимодействиях при игре в баскетбол.

**Развивающие задачи**: развивать творческие преобразования знаний, способствовать развитию физических качеств.

**Воспитательные задачи:** воспитывать инициативность и самостоятельность, психологическую устойчивость (противостояние утомлению и напряжению).

**Тип урока:** комплексный.

**Материальное обеспечение:** баскетбольные мячи, стойки, резинка, секундомер, судейский свисток, гимнастические маты, перекладина, презентация, ноутбук, мультимедийный проектор.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Методы обучения:** словесные (вопросы, диалог, объяснение), наглядные (показ упражнений, жестов судей, презентация), практические (выполнение упражнений), методы стимулирования учебной активности (создание ситуации успеха через разноуровневые задания), метод предупреждения и исправления ошибок (замедление выполнения упражнения), соревновательные, игровые.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержание** | **Время** | **Организационно-методические указания** |
| 1. **Организационно-подготовительный этап 10 мин** | | | |
|  | Построение, сообщение задач урока.  1. Совершенствовать технику передвижений, ведения мяча на месте и в движении.  2. Развивать координационные способности, гибкость, специальную выносливость  3. Воспитывать  дисциплинированность, подвести обучающихся к цели и задачам урока |  | Проверка внешнего вида обучающихся. |
| **Актуализация знаний. Учитель:** - Какие физические качества развиваются при игре в баскетбол? В каких жизненных ситуациях они могут пригодиться? Баскетбол – командная игра. Достаточно ли для победы хорошего владения техническими приемами игры в баскетбол (ответы обучающихся). Давайте сформулируем цель нашего урока. Определение цели и задач урока совместно с обучающимися.Постановка проблемы: Влияет ли на результат игры взаимодействие игроков? **Слайд 3**  **2.** Какой бывает ЧСС у людей в покое (ответы обучающихся). А каким должно быть значение частоты пульса после нагрузки? (ответы обучающихся). Сейчас проверим на практике. Подсчет пульса. Приложите большой палец левой руки, на внутреннюю часть запястья правой руки, найдите пульс и посчитайте за 6 сек. количество ЧСС, затем умножьте на 10. Каждый свой результат запомните и в конце беговой разминки повторим измерение, чтобы сравнить показатели.  **3.Ходьба** на носках, руки в стороны, хлопок сверху. Ходьба на пятках, хлопок спереди, сзади. Ходьба с перекатом с пятки на носок, сжимать и разжимать пальцы рук. Ходьба в полуприседе. Ходьба в седе прямо, прыжком правым, левым боком.  **4.Бег** под музыкальное сопровождение. По лицевой и боковой линиям медленный бег, по диагонали зала определенный вид бега по указанию учителя (бег с высоким подниманием бедра, 5 прыжков через препятствие (набивные мячи), затем ускорение, многоскоки (прыжки с одной ноги на другую), прыжки на одной ноге).  **5.Правила баскетбола** с ведением мяча на месте без зрительного контроля. Учитель показывает жесты судей.  **6.Упражнение «Музыка мяча».** Ведение мяча с разной высотой отскока на месте и в движении. Ведение правой рукой на месте с разной высотой отскока, выстукивая определенный ритм под музыку. То же левой рукой. Тоже, переводя мяч с руки на руку**.**  **7.Ведение мяча бегом.** В колонну по 2 ребята бегут по залу. Одна колонна - по часовой стрелке, а другая – против часовой стрелки. При движении под кольцом – ведение с низким отскоком, по свистку поворот кругом и ведение другой рукой (по 3 круга), остановки по свистку. | 1 мин  30 сек  1 мин  2 мин  1 мин.  2 мин.  2 мин.  30 сек | Проверка внешнего вида обучающихся  Освобожденные получают задание (тесты по баскетболу). **Приложение 1.**  Познавательная активность. После бега ученики замеряют пульс и сравнивают с предыдущими показателями. Находят ответ на вопрос: влияет ли физическая нагрузка на ЧСС? По ходу взять баскетбольные мячи.  Обучающиеся выполняют ведение мяча на месте без зрительного контроля и хором отвечают правила баскетбола. |
| **II. Основной этап. 25 мин.** | | | |
|  | **1. Совершенствование броска одной рукой от плеча** в прыжке в парах через резинку, натянутую вдоль зала на высоте баскетбольных колец.Объяснение и показ. Имитация выполнения приема с места с выпуском мяча над собой. Бросок-передача с прыжком на ориентир: поднятую руку партнера. Перед учащимися ставится задача совершенствовать навыки согласованной работы рук и ног при бросках в корзину одной рукой от плеча.  **2. Взаимодействие двух нападающих против одного защитника.Слайд 4.**Нападающие располагаются в колоннах. Защитник находится на линии штрафного броска. Ученики, выполняя передачи, продвигаются к кольцу. При приближении к защитнику, нападающий начинает ведение мяча. Если защитник атакует, то он выполняет передачу партнеру. Если атаки не последовало, то продолжает ведение и выполняет бросок после двух шагов. В случае неточной передачи или промаха, нападающий меняет защитника.  **3.**Передачи мяча в «тройках» через центр. **Слайд 5.**  **4. Обучение взаимодействию игроков в нападении «тройка».**Текст **слайдов 6, 7.**Обычная комбинация «тройка» в баскетболе проходит успешно только в том случае, когда нападающие ни на секунду не прекращают движения.Иначе защитники успеют проскользнуть между баскетболистами или переключиться, обменяться подопечными.  **5.**Упражнение «тройка». Построение в колонну по три. После выполнения роли нападающих два учащихся становятся защитниками. В защите игроки пассивны. Добиваться, чтобы нападающие выполняли упражнение синхронно.  **6.** Творческое преобразование знаний. Учебная игра. Игра проводится на двух половинах площадки. Девушки и юноши играют отдельно. Смена команд через 5 минут. Напомнить учащимся о взаимодействии трех игроков в нападении. Ученики свободные от игры: **юноши** выполняют подтягивание на высокой перекладине (3 подхода по 5-6 раз), «уголок» на стенке (2 подхода по 7-8 секунд); **девушки** выполняют поднимание туловища (2 подхода по 20 раз), «уголок» на шведской стенке (2 подхода по 5-6 секунд). | 2 мин.  2 мин.  2 мин.  5 мин.  5 мин  8 мин. | **1.**Подобная организация отработки броска (через резинку) максимально повышает моторную плотность урока. Соответствие высоты натянутой резинки, через которую нужно перебросить мяч, высоте прикрепления корзины способствует формированию нужного мышечного усилия для результативных бросков при игре в баскетбол.  **2.**Защитник стремится не дать забросить мяч из-под щита и отступает спиной к своему кольцу так, чтобы видеть обоих нападающих.  **3.**Передачи выполнять двумя руками от груди. Соблюдать дистанцию и интервал. Назад  возвращаться по боковым линиям.  **4.** Объяснение и показ упражнения с помощью трех обучающихся.  Защитникам мы даем задание передвигаться совместно с нападающими, но не ближе 1,5−2 метра от них, иначе защитникам будет трудно выполнять переключения и проскальзывания, а атакующие удачно проведут комбинацию. |
|  |
| **III. Заключительная часть. 5мин.** | | | |
|  | **1. Упражнения для развития вестибулярной устойчивости.**В стойке ступни на одной линии, правая или левая впереди, наклоны в сторону; 3 поворота кругом переступание и 6 шагов вперед; в стойке пятки и носки вместе подняться на носки, наклонить голову назад и удержать это положение 5 сек.  **2.Тестовое задание**по тактике игры в баскетбол. **Слайды 8, 9, 10, 11**. Решение проблемы. С**лайд 12.**  **3. Подведение итогов урока.** Провести разбор игровых моментов. Указать на ошибки. Выделить ребят, которые хорошо справлялись с заданиями. Выставить оценки. Похвалить всех за работу.  **4**. **Рефлексия.** Учитель: - Оцените результаты своей деятельности и выбранных способов деятельности через отношение, эмоции, чувства. Соотнесите собственную цель урока с полученным результатом (проведите самоконтроль).  **5. Задание на дом:** самостоятельно разработать комплекс упражнений для развития недостающих физических качеств. Урок окончен. До свидания. Организованный уход. | 1 мин.  1 мин.  30сек.  1 мин.  1 мин.  30 сек. | Методы стимулирования учебной активности обучающихся в ходе подведения итогов занятия:  похвала, настрой на дальнейшую работу. |