**Конспект урока физической культуры**

**для учащихся 4 класса.**

**Тема урока: «Передача мяча 2-мя руками от груди в разделе программы «Баскетбол».**

**Основные задачи:**

1.Закрепить умения в выполнении передачи мяча 2-мя руками от груди на месте и в движении.

2.Способствовать развитию координации, быстроты реакции, ловкости.

3.Способствовать воспитанию смелости, применительно к работе с мячом, доброжелательного отношения к товарищам, чувства коллективизма.

4.Способствовать формированию знаний у учащихся о правилах и игре в баскетбол.

**Место проведения:**

Спортивный зал ГБОУ школы № 457, размер 24х12м.

**Время проведения:**

3 урок (10.50 – 11.35).

**Необходимое оборудование и инвентарь:**

Баскетбольные мячи- 25шт., ноутбук, видеопроэктор, скамейки.

**Дата проведения:** 28.01.2013.

**Конспект составил:**

Политов Сергей Николаевич

ГБОУ школа № 457 Выборгского района Санкт-Петербурга

Учитель физической культуры

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *Части занятия и их продол-жительность* | *Частные задачи к конкретным видам упражнений* | *Содержание учебного материала* | *Дозировка* | *Организационно-методические указания* |
| **Вводно-подготовительная часть.**  **8-9 мин.**  **Вводно- подготови- тельная часть.**  **8-9 минут**  **Основная**  **часть –**  **29-30 мин.**  **Заключите-льная**  **часть –**  **7 мин.** | Организовать учащихся к проведению занятий.  Создать целевую установку на дос- тижение конкрет- ных результатов на уроке.  Организовать учащихся к выпол- нению упражне- ний в ходьбе и беге.  Активизировать функции сердеч- но-сосудистой и дыхательной сис- тем организма.  Содействовать формированию мышечно-двигательного ощущения при передаче мяча 2-мя руками от груди.  Организовать учащихся для выполнения О.Р.У.  Обеспечить фун- кциональную го- товность к упраж- нениям с мячом.  Содействовать увеличению эластичности мышечной ткани шеи и подвиж- ности в шейном отделе позвоноч- ника.  Содействовать  увеличению  эластичности  мышечной ткани  рук и подвижно- сти в суставах.  Содействовать  увеличению  мышечной ткани в суставах рук, ног и туловища.  Содействовать развитию мышц рук, ног, спины и брюшного пресса.  Содействовать развитию координации движений.  Организовать учащихся для вы- полнения основ- ной части урока.  Восстановить умения в техники выполнения передачи мяча 2-мя руками от груди на **месте** (упр-я: 1,2,3)  Восстановить умения в технике выполнения передачи мяча 2-мя руками от груди в **движении** (упр-я: 4,5,6). Способствовать развитию быстроты реакции  вниманию.  Способствовать  развитию координации.  Закрепить умения передачи мяча.  Организовать  учащихся к заклю- чительной части урока.  Способствовать  функциональному  восстановлению  организма. Озна- комить учащихся с приемами владения мячом с демонстрацией игры в баскетбол.  Содействовать ос- мыслению учащи- мися учебно-поз- навательной дея- тельности. | 1.Организованный вход в зал,  построение в одну шеренгу, выполнение строевых команд: «Равняйсь!», «Смирно!», приветствие.  2.Сообщение задач урока.  3.Перестроение в одну колонну, пово- ротом на месте, ходьба в обход.  4.Бег c заданием:  по свистку учителя – остановка и имитация выполнения передачи мяча двумя руками от груди - бег.  5.Ходьба в заданном темпе, перестроение из одной колонны в две одновременным поворотом налево в движении; перестроение в 2 шеренги.  6.Общеразвивающие упражнения.  1)И.п.- стойка, руки за голову в«замок»  1-полуприсед с наклоном головы вперед.  2-и.п.  3-полуприсед с наклоном головы вперед.  4- и.п.  5- поворот плечевого пояса вправо, руки вверх.  6- и.п.  7-8- повторение 5-6 в другую сторону.  2)И.п.-стойка, руки вперед.  1-4- сжатие и разжатие пальцев в кулак.  5-6- круговое вращение кистями вправо.  7-8- круговое вращение кистями влево.  3) И.п.- стойка руки вверх.  1-3- три круговых вращения руками вперед.  4- и.п.  5-7- три круговых вращения руками назад.  8- и.п.  4) И.п. - стойка, правая в сторону на носок, левую руку вверх, правую на пояс.  1-3- три пружинистых наклона вправо.  4- и.п.  5-8- то же с другой ноги, в другую сторону.  5)И.п.- упор присев.  1-прыжок вверх.  2- и.п.  6)И.п.- упор лежа.  1-согнуть руки.  2-разогнуть руки.  7)И.п.- основная стойка.  1-2- 2 шага на месте, руки к плечам.  3-4 -2 шага на месте, руки вверх.  5-6- 2шага на месте, руки на пояс.  7-8- 2 шага на месте, руки вниз.  7.Учащиеся берут мячи.  8.Упражнения с баскетбольными мячами.  1)И.п.- стойка баскетболиста, мяч в 2-х руках на уровне груди.  - Три ведения мяча на месте, по свист-ку -передача мяча 2-мя руками от груди.  2)И.п.- тоже. Игра «Быстрые передачи»  - Передача мяча от груди 2-мя руками.  3)И.п.- тоже.  - Передача мяча 2-мя руками с отско- ком от пола.  Перестроение в одну шеренгу.  Перестроение в 4 колонны.  4)Эстафета с мячом «Вызов номеров»:  - Передача мяча 2-мя руками с отско- ком от пола.  5)Передача мяча 2-мя руками от груди во встречных колоннах со сменой мест.  6)Игра «Борьба за мяч».  9.Ходьба в колонну по одному.  10.Рассказ и показ слайдов об баскетбо- ле и правилах игры.  11.Подведение итогов урока. | 30сек  30сек  30сек  1мин.  1мин  4мин  2раза  3раза  3раза  4раза  20раз  15-20  раз  4 раза  30сек  2-3  раза  15  раз  2-3  раза  1мин  1мин  5мин  3-4  мин  12-13  мин  1мин  5мин  1мин | Требовать от уча- щихся быстроты и  согласованности  действий, прове- рить готовность учащихся к уроку.  Обеспечить кон- кретность и дос- тупность форму- лировок задач урока учащимся.  Выполнить пе- рестроение: «Направо!», пере- движение: «В об- ход налево!» по команде и под счет учителя.  Дистанция- 2 шага.  1 свисток-имита- ция передачи, 2 свитка- бег.  Обратить внимание на согласованную работу рук и ног, правильное положение.  Дистанция и интервал - 3 шага. Перестроение и ходьба по коман- де и под счет учителя.  Упражнения вы- полнять с макси- мальной ампли- тудой под счет учителя.  Выполнять упраж- нение не резко, в медленном темпе.  Обратить внима- ние на активное сжатие и разжа- тие пальцев,тоже с вращением кистей рук.  Круговые вращения выполнять с максимальной амплитудой, не сгибая рук.  Наклон выполнять энергично, точно в сторону.  В прыжке спину держать верти- кально, ноги прямые.  Руки на ширине плеч, туловище параллельно полу.  Выполнять в сред- нем темпе, посте- пенно его увеличивая.  Учащиеся 1 ше- ренги берут баскетбольный мяч на двоих,  встают лицом друг к другу, дис- танция 3-4 метра.  Выполнять в па- рах. Обратить внимание на ра- боту рук и ног.  Побеждает пара, кто быстрее вы- полнит передачи.  Отметить лучших  учащихся.  Напомнить уча- щимся об 1-м от- скоке мяча.  Учащиеся 1 ше- ренги убирают  мячи, встают в одну шеренгу и по команде учителя выполняют расчет на 1-4-й, перестраиваются в 4 команды.  Игроки в команде  рассчитываются по порядку номе- ров и выбегают по номеру, указанному на карточке у учителя.  Отметить лучшую команду. Освобожденные помогают учителю.  Обратить внима- ние учащихся на точность переда- чи и правильный переход в другую колонну. Исправ- лять допущенные ошибки.  Подвести итоги  игры, выявить лучших игроков и команду.  Расставить скамейки, поса- дить учащихся.  Включить технику. |