**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.Содействоватьувеличениюэластичностимышечной тканирук и подвижно- сти в суставах.Содействоватьувеличениюмышечной 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 реакциивниманию.Способствоватьразвитию координации.Закрепить умения передачи мяча.Организовать учащихся к заклю- чительной части урока.Способствоватьфункциональномувосстановлениюорганизма. 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. | 30сек30сек30сек1мин.1мин4мин2раза3раза3раза4раза20раз15-20раз4 раза30сек2-3раза15раз2-3раза1мин1мин5мин3-4мин12-13мин1мин5мин1мин | Требовать от уча- щихся быстроты и согласованностидействий, 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 лучшихучащихся.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 командерассчитываются 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 итогиигры, выявить лучших игроков и команду.Расставить скамейки, поса- дить учащихся.Включить технику. |