Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа с углублённым изучением отдельных предметов № 58

**Открытый урок в 5 «А» классе**

 Подготовила: учитель

 физической культуры

1категории

Тарасенко Ольга Владимировна

27.10.2014г

г.о Тольятти

**Тема урока: Обучение броску мяча двумя руками от груди. Игра по правилам мини - баскетбола.**

|  |  |
| --- | --- |
| Цель деятельности учителя | Учить технике броску мяча двумя руками от груди.Формирование умения участвовать в командном действии:  |
| Тип урока | Обучающий |
| Планируемые образовательные результаты | Познавательный: в доступной форме объяснять технику выполнения броска мяча, анализировать и находить ошибки эффективно их исправлять, обучающиеся оценивают свои достижения, отвечают на вопросы, соотносят изученные понятия с примерами;Коммуникативный – овладеют умением и навыками стремятся их выполнять. Учатся вестидиалог, вступать в речевое общение; планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками. Регулятивный – овладевают способность понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять.Личностный - развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях. |
| Методы и формы обучения  | Объяснение, показ.Индивидуальный, фронтальная, групповой. |
| Образовательные ресурсы | Мячи Б/Б, свисток, манишки, фишки. |

**План – конспект урока для 5 класса**

**Тема урока**: «Обучение броску мяча двумя руками от груди. Игра по правилам мини - баскетбола».

**Цель урока**: Обучать броску мяча двумя руками от груди.

**Задачи урока**: 1. Способствовать формированию умений броску мяча на месте.

 2. Совершенствование ведение мяча и различным передвижениям игрока.

 3. Развитие ловкости, умения правильно себя вести в подвижных играх с ведением мяча.

 4. Взаимодействовать со сверстниками во время игры

**Место проведения урока**: спортивный зал.

**Инвентарь**: баскетбольный мяч, фишки, свисток, манишки.

**Учитель:** Тарасенко Ольга Владимировна.

**Дата проведения:27.10.2014г.**

**Присутствовали:**

Стручалина Л.И. Заместитель директора по УВР

Хонкина Е.А. Заместитель директора по УВР

Дереповская Л.Н. Заместитель директора по УВР

Шлипакова О.Н. Председатель общешкольного родительского комитета

Хромова О.Н. Член общешкольного родительского комитета

Долина В.М. Заслуженный учитель Российской Федерации, учитель химии и биологии

Руденко И.В. Доктор педагогических наук, профессор кафедры педагогики и методики

ГБОУ ВПО Тольяттинского государственного университета

**ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА УРОКА**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы урока | Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения. | Деятельность учителя | Деятельность учащихся | Формыобучения | Универсальные учебные действия. |
|   | Личностные | Регулятивные | Познавательные |
| I.Организационный момент  | Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала | Проводит построение в одну шеренгу. Проверяет готовность учащихся к уроку, озвучивает тему и цель урока; создает эмоциональный настрой на изучение нового предмета Знакомство с правилами игры в баскетбол в течение урока | Выполняют построение. Слушают и обсуждают тему урока, отвечают на вопросы | Фронтальная | Установить роль разминки при подготовке организма к занятию с мячом.Уточнить влияние разминки мышц плечевого пояса на готовность к работе по баскетболу. | *Прогнозирование* предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристикОпределить последовательность и приоритет разминки мышечных групп | *Общеучебные -* использовать общие приемы решения задач*Общеучебные -* контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. |
| II.Подготовительная часть урокаIII. Изучение нового материала | Выполнить строевые команды.Выполнить ходьбу с заданием.Выполнить бег с заданием.Разминка на месте с баскетбольным мячом. Приложение№ 1.Беговая разминка с баскетбольным мячом. Приложение №2Перестроение в парах.Обучение технике броску мяча.1. Выполнять без мяча. *Подготовительная фаза:* кисти с расставленными пальцами свободно охватывают воображаемый мяч, удерживаемый на уровне пояса, локти опущены. 2. *Основная фаза:* мяч посылают вперед резким выпрямлением рук почти до отказа, дополняя его движением кистей, придающим мячу обратное вращение. 3. *Завершающая фаза:* Бросок производить прямой рукой с активным движением кистью.  | Дает команды: «НАПРАВО!», «НАЛЕВО в обход по залу шагом марш!».Объясняет задание: выполнить ходьбу по периметру зала;Дает команды: «Бегом марш!», объясняет задание: выполнить бег по периметру зала,затем по окончании бега «Шагом марш!». Восстановить дыхание.Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения упражнений.Дает команду: «Класс. НАПРАВО!В обход по залу шагом марш!»Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения упражнений. Выполняют упражнения на восстановление дыхания. Дает команду: «В колонну по два стройся!». Показывает правильное положение ног и рук при выполнении броска мяча.Формулирует задание, осуществляет индивидуальный контроль, устранить типичные ошибки.Следить за техникой выполнения.Акцентировать внимание на правильном выполнении упражнении. | Выполняют поворот. Выполняют команды. Выполняют ходьбу с заданиемВыполняют расчет и перестроение в пары. По ходу взять мячи. Повторяют движения за учителем.Выполняют упражнения.Ведение выполнять по центру площадки. Дыхательная гимнастика выполняется учениками по заданию учителяИмитация броска мяча двумя руками от груди | Фронтальная.Индивидуальная, фронтальная.ФронтальнаяФронтальнаяИндивидуальная, фронтальная.Индивидуальная, фронтальная.Индивидуальная, фронтальная. | Личностные: активно включаются в общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей.Описывать технику изучаемых упражнений, повторять и осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибкиОписывать технику изучаемых технических приемов и действий, повторять и осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.Содействовать осмыслению учащимися результативности собственной двигательной деятельности. | Регулятивные: умеют анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.Действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителяУметь характеризовать действия и давать им объективную оценку на основе освоенных знаний; . | *Коррекция -* вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.*Коррекция -* вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.*Общеучебные -* ориентироваться в разнообразии способов решении задач.*Информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников в игре баскетбол.*Общеучебные -* контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. |  |
| IV Основная часть урока | Закрепление техники бросков мяча в кольцо в игре «Самый меткий»Спортивная игра «Мини – баскет». | Объясняет задание.Выполнение броска мяча 2 руками от груди со штрафной линии на оба кольца 2 группами на большее количество попаданий.Осуществляет мотивацию и контролирует выполнение задания.Объясняет правила и вводит мяч в игру. Судит игру один из освобожденных от урока. По окончанию спортивной игрыВыполняют упражнения на восстановление дыхания.  | Делятся на две команды. Выполняют упражненияНа оценку.Участвуют в игре двумя командами на одно кольцо.Мальчики играют между собой, девочки также.Дыхательная гимнастика выполняется учениками по заданию учителя. | ГрупповойГрупповой | Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия с баскетбольным мячом для комплексного развития физических способностей.Определять степень утомления организма во время игровой деятельности. | *Целеполагание -* преобразовать познавательную задачу в практическую. | Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов баскетбола.*Общеучебные -* контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. |
| V. Итоги урока.  | Построение класса в одну шеренгуВосстановление дыханияАнализ выполнения изученных упражнений обучающимися, рефлексия.Домашнее заданиеУход из спортивного зала | Проводит беседу по вопросам:- Какие упражнения с мячом на уроке удалось выполнить лучше всего?- Какие упражнения с мячом или эстафеты вы будете выполнять дома или на улице? Задает учебное задание на домПостроение в одну колонну | Отвечают на вопросы. Определяют свое эмоциональное состояние на уроке.Упражнения с теннисным мячом | Фронтальная | Понимают значение знаний для человека и принимают его.Применять правила подбора одежды для занятия спортом и использовать игру в баскетбол для организации активного отдыхаво дворе? | Прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала. | Формируют умения и выделяют основные признаки сравнения выполнения учебных заданий. |

**Список используемой литературы:**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт. Москва 2012
2. Программа «Образовательная система «Школа 2100».Москва 2012

Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. Издательство «ВАКО»,  2004.

1. Программа физического воспитания. Автор И.В. Лях.
2. Лях В.И., Зданевич А.А.  Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов  Москва «Просвещение» 2012.
3. Смирнов  Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе», Москва, 2008 г.
4. Мишин Б.И. Настольная книга учителя физической культуры. АСТ Арстель  Москва    2003.

**Интернет источники**:

1. [www.wikipedia.ru](http://www.wikipedia.ru/)
2. Сайт «Физкульт Ура» <http://www.fizkult-ura.ru/>
3. Сайт «Инфоурок» <http://infourok.ru/>
4. http://yandex.ru/упражнения+с+баскетбольным+мячом+в+движении+картинки

**Разминка с баскетбольным мячом на месте. Приложение№1**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
|
| **1** | Наклон головы вперед, назад, влево, вправо. | **8 раз** | Точно вперед, и в сторону. Мяч в руках внизу. krugovye-dvizhenie-golovoj |
| И.п. мяч на уровне груди. |
| 1 - вперед; |
| 2 - назад; |
| 3 - влево; |
| 4 - вправо;  |
| **2** | И.п. мяч на уровне груди. | **8 раз** | Туловище назад не отклонять спина прямая, локти в стороны не разводить. |
| 1 - выпрямление рук вперед; |
| 2 - И.п. |
| 3 - выпрямление рук вперед; |
| 4 - И.п.  |
| **3** | И.п. мяч в опушенных руках внизу. | **8 раз** | Прогнуться в спине, встать на носки, в локтя руки не сгибать.&Pcy;&lcy;&acy;&ncy; &zcy;&acy;&ncy;&yacy;&tcy;&icy;&jcy; &pcy;&ocy; &mcy;&icy;&ncy;&icy;-&fcy;&ucy;&tcy;&bcy;&ocy;&lcy;&ucy; &dcy;&lcy;&yacy; &ncy;&acy;&chcy;&icy;&ncy;&acy;&yucy;&shchcy;&icy;&khcy; &fcy;&ucy;&tcy;&bcy;&ocy;&lcy;&icy;&scy;&tcy;&ocy;&vcy; 1 |
| 1 - 2 прямые руки вверх - прогнуться |
| 3 - 4прямые руки вниз и.п.; |
| **4** | 1. Мяч в правой руке, подбросить под левой,
 | **10 раз** |  Мяч не уронить, кисть широкая.&Pcy;&rcy;&icy;&mcy;&iecy;&rcy;&ncy;&ycy;&iecy; &kcy;&ocy;&mcy;&pcy;&lcy;&iecy;&kcy;&scy;&ycy; &ucy;&pcy;&rcy;&acy;&zhcy;&ncy;&iecy;&ncy;&icy;&jcy; &dcy;&lcy;&yacy; &rcy;&acy;&zcy;&vcy;&icy;&tcy;&icy;&yacy; &ocy;&bcy;&shchcy;&iecy;&jcy; &fcy;&icy;&zcy;&icy;&chcy;&iecy;&scy;&kcy;&ocy;&jcy; &pcy;&ocy;&dcy;&gcy;&ocy;&tcy;&ocy;&vcy;&kcy;&icy; |
| 1. Мяч в левой руке, подбросить под правой
 |
| 1. Мяч в правой руке, подбросить под левой,
 |
| 1. Мяч в левой руке,
 |
| 1. подбросить под правой
 |
| **5** | И.п. мяч в руках сверху. | **8 раз** | Не касаясь мячом головы. |
| 1 - 2 - 3 - 4 - круговое вращение мяча вокруг голова вправо; |
| 1 - 2 - 3 - 4 - круговое вращение мяча вокруг голова влево; |
| **6** | И.п. мяч в руках перед грудью, локти в стороны. | **8 раз** | Точно в сторону, спина прямая.&Rcy;&iecy;&fcy;&iecy;&rcy;&acy;&tcy; &ncy;&acy; &tcy;&iecy;&mcy;&ucy; &ucy;&pcy;&rcy;&acy;&zhcy;&ncy;&iecy;&ncy;&icy;&yacy; &rcy;&acy;&zcy;&vcy;&icy;&vcy;&acy;&yucy;&shchcy;&icy;&iecy; &scy;&icy;&lcy;&ucy; |
| 1 – 2 поворот влево; |
| 3 - 4поворот вправо; |
| **7** |  И.п. мяч в опушенных руках внизу. | **8 раз** |  Не касаясь мячом туловища.&Gcy;&lcy;&acy;&vcy;&acy; VI. &Fcy;&Icy;&Zcy;&Icy;&CHcy;&IEcy;&Scy;&Kcy;&Acy;&YAcy; &Pcy;&Ocy;&Dcy;&Gcy;&Ocy;&Tcy;&Ocy;&Vcy;&Kcy;&Acy; &Fcy;&IEcy;&KHcy;&Tcy;&Ocy;&Vcy;&Acy;&Lcy;&SOFTcy;&SHCHcy;&Icy;&Kcy;&Acy; - &Kcy;. &Tcy;. &Bcy;&ucy;&lcy;&ocy;&chcy;&kcy;&ocy; &Dcy;&ocy;&pcy;&ucy;&shchcy;&iecy;&ncy;&ocy; &TScy;&iecy;&ncy;&tcy;&rcy;&acy;&lcy;&softcy;&ncy;&ycy;&mcy; &scy;&ocy;&vcy;&iecy;&tcy;&ocy;&mcy; &Scy;&ocy;&yucy;&zcy;&acy; &scy;&pcy;&ocy;&rcy;&tcy;&icy;&vcy;&ncy;&ycy;&khcy; &ocy;&bcy;&shchcy;&iecy;&scy;&tcy;&vcy;. |
| 1 - 2 - 3 - 4 - круговое вращение мяча вокруг туловища вправо; |
| 1 - 2 - 3 - 4 - круговое вращение мяча вокруг туловища вправо; |
| **8** | И.п. мяч на уровне груди. | **8 раз** | Ноги в колеях не сгибать. &Pcy;&lcy;&acy;&ncy; &zcy;&acy;&ncy;&yacy;&tcy;&icy;&jcy; &pcy;&ocy; &mcy;&icy;&ncy;&icy;-&fcy;&ucy;&tcy;&bcy;&ocy;&lcy;&ucy; &dcy;&lcy;&yacy; &ncy;&acy;&chcy;&icy;&ncy;&acy;&yucy;&shchcy;&icy;&khcy; &fcy;&ucy;&tcy;&bcy;&ocy;&lcy;&icy;&scy;&tcy;&ocy;&vcy; 1 |
| 1 - наклон к левой ноге; |
| 2 - наклон к центру; |
| 3 - наклон к правой ноге; |
| 4 –И.П;  |
| **9** | И.п. мяч над головой. | **8 раз** | Туловище назад не отклонять спина прямая, руки согнуты в локтевых суставах. &Scy;&tcy;&acy;&tcy;&softcy;&icy; &Tcy;&acy;&tcy;&acy;&mcy;&icy; - Part 18 |
| 1 -2 наклон в правую сторону; |
| 3 -4 наклон в левую сторону  |
| **10** | И.п. мяч в руках перед грудью. | **8 раз** | Спина прямая, руки с мячом на уровне груди.&Pcy;&rcy;&icy;&mcy;&iecy;&rcy;&ncy;&ycy;&iecy; &kcy;&ocy;&mcy;&pcy;&lcy;&iecy;&kcy;&scy;&ycy; &ucy;&pcy;&rcy;&acy;&zhcy;&ncy;&iecy;&ncy;&icy;&jcy; &dcy;&lcy;&yacy; &rcy;&acy;&zcy;&vcy;&icy;&tcy;&icy;&yacy; &ocy;&bcy;&shchcy;&iecy;&jcy; &fcy;&icy;&zcy;&icy;&chcy;&iecy;&scy;&kcy;&ocy;&jcy; &pcy;&ocy;&dcy;&gcy;&ocy;&tcy;&ocy;&vcy;&kcy;&icy; |
| 1 - выпады левой ногой; |
| 2 - выпады правой ногой; |
| 3 - выпады левой ногой; |
| 4 - выпады правой ногой; |
| **11** |  И.п. мяч в руках перед грудью. | **8 раз** |  Колени не сгибать |
|  | 1 –наклон в низ |
| 2 – присед |
| 3 - наклон в низ |
| 4 – и.п |
| **12** | И.п. мяч в левой руке | **8 раз** | Не касаться мячом ног. &Gcy;&lcy;&acy;&vcy;&acy; VI. &Fcy;&Icy;&Zcy;&Icy;&CHcy;&IEcy;&Scy;&Kcy;&Acy;&YAcy; &Pcy;&Ocy;&Dcy;&Gcy;&Ocy;&Tcy;&Ocy;&Vcy;&Kcy;&Acy; &Fcy;&IEcy;&KHcy;&Tcy;&Ocy;&Vcy;&Acy;&Lcy;&SOFTcy;&SHCHcy;&Icy;&Kcy;&Acy; - &Kcy;. &Tcy;. &Bcy;&ucy;&lcy;&ocy;&chcy;&kcy;&ocy; &Dcy;&ocy;&pcy;&ucy;&shchcy;&iecy;&ncy;&ocy; &TScy;&iecy;&ncy;&tcy;&rcy;&acy;&lcy;&softcy;&ncy;&ycy;&mcy; &scy;&ocy;&vcy;&iecy;&tcy;&ocy;&mcy; &Scy;&ocy;&yucy;&zcy;&acy; &scy;&pcy;&ocy;&rcy;&tcy;&icy;&vcy;&ncy;&ycy;&khcy; &ocy;&bcy;&shchcy;&iecy;&scy;&tcy;&vcy;. |
| 1 – передача мяча под правой ногой |
| 2 - передача мяча под левой ногой |
| 3 - передача мяча под правой ногой |
| 4 - передача мяча под левой ногой |
| **13** | И.П. широкая стойка | **10** | “Восьмерка”– Ноги широко врозь, сгибается та нога, под которой проносится мяч-Мяч обвести, не касаясь туловища.http://www.offsport.ru/mini-football/images/mini-football-007.jpg |
|  | 1 обвести мяч под правой ногой  |
|  | 2 - обвести мяч под левой ногой |
|  | 3 - обвести мяч под правой ногой |
|  | 4 - обвести мяч под левой ногой |
| **14** | перебрасывание мяча с руки на руку; | **10** | Не дать мячу упасть на пол&Scy;&tcy;&acy;&tcy;&softcy;&icy; &Tcy;&acy;&tcy;&acy;&mcy;&icy; - Part 18 |
| **15** | 1 - руки вверх  | **8 раз** | Спина прямая, руки с мячом точно вверх |
|  | 2 - глубокий вдох |  |
|  | 3 - руки вниз  |  |
|  | 4 - выдох |  |

**Беговая разминка с баскетбольным мячом. Приложение №2**

***Специальные беговые упражнения с ведением мяча:***

1) с высоким подниманием бедра - ведение правой рукой.

2) с захлестом голени назад – ведение левой рукой.

3) спиной вперед - ведение правой рукой.

4) правым боком - ведение левой рукой.

5) левым боком -ведение правой рукой.

6)прямые ноги вперед -ведение левой рукой.

7) прямые ноги назад - ведение правой рукой.

8) ускорение – ведение правой рукой

 Следить за правильностью выполнения упражнений.

Обратить внимание на работу кисти.

Выполнять с максимальной частотой, минимальным продвижением вперёд.

**Самоанализ урока по баскетболу в 5 классе.**

***Раздел***: Баскетбол (5 класс).

***Тема урока:*** Обучение броску мяча двумя руками от груди. Игра по правилам мини - баскетбола.

***Цель урока:*** Учить технике бросок мяча двумя руками от груди.

***Задачи урока:***

1.Способствовать формированию умений броску мяча на месте.

2.Совершенствование ведение мяча и различным передвижениям игрока.

3.Развитие ловкости, умения правильно себя вести в подвижных играх с ведением мяча.

4.Взаимодействовать со сверстниками во время игры.

Урок проводился в 5 классе, списочный состав класса -\_\_ чел., присутствовали\_\_ чел., освобождены \_\_\_ чел.

Конспект урока соответствует его рабочему плану и программным требованиям данного возраста.

Обучающиеся к началу урока были в спортивной форме. Спортивный зал проветрен, подготовлен спортивный инвентарь для каждого ученика.

Урок начался с построения. Ясно и четко были объявлены цели и задачи урока, сделан акцент на то, как поставленные задачи взаимосвязаны с изученным ранее материалом.

При организации учебной деятельности обучающихся основной целью ставилось осознанное выполнение поставленных учебных задач.

 **Подготовительная** часть урока длилась 15 минут, общеразвивающие упражнения проводились в движении и на месте, в процессе выполнения которых были задействованы все группы мышц.

 **Основная часть урока** продолжалась 20 минут. Обучающиеся активно включаются в урок проявляют дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей.

Моя задача содействовать осмыслению учащимися результативности собственной двигательной деятельности. Уметь характеризовать действия и давать им объективную оценку на основе освоенных знаний;

 **Длительность заключительной части** урока 5 минуты. Во время нее были проведена беседа по вопросам.

Учащиеся понимают значение знаний для человека и принимают его.

Прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала.

Подведены итоги урока с анализом выполнения поставленных задач.

На  протяжении всего урока мною использовались методы стимулирования и мотивации. Стиль общения с учениками - доверительный, построенный на взаимном уважении. Обучающиеся проявляли находчивость, умение взаимодействовать в группах.

В процессе урока наблюдалась мотивация ученика на занятие: обучающимся  нравится баскетбол, ими были хорошо освоены технические и тактические действия. При выполнении заданий прослеживается то, что обучающиеся получают удовлетворение в своих личностно-ориентированных потребностях, которые выражены в использовании полученных умений и навыков в пределах проведенного занятия.

 При организации обеспечения учебного занятия мною уделено внимание на:

  целостность использования времени на занятии (объяснение, показ)

  соблюдение техники безопасности (интервал, дистанция).

При решении оздоровительной задачи было уделено внимание на функциональное состояние обучающихся, сочетание нагрузки с активным отдыхом.

При решении воспитательной задачи  я обращала внимание на дисциплину, взаимодействие  в коллективе при выполнении групповых упражнений. Старалась создать доверительную обстановку и развития такого качества, как уверенность в себе.

Индивидуальная работа прослеживается через планирование нагрузки, которая соответствует данному этапу подготовки. Осуществлению контроля по предупреждению и исправлению ошибок.

Проведенный урок соответствует поставленным задачам. Все образовательные, воспитательные и задачи развития решены. Задачи этого урока работают на перспективу, так как полученные технико-тактические навыки будут  использованы в учебной игре по баскетболу.

Благодаря разнообразию форм и методов построения уроков, у обучающихся  повышается интерес к дальнейшим занятиям баскетболом.