

Конспект урока № 81
по физической культуре (баскетбол) для учащихся 4 класса
учителя физической культуры МБОУ СОШ №8
Порывкина Евгения Андреевна

Тема урока: «Ловля и передача мяча двумя руками от груди».

Цели урока:

1. Предметные:
 - совершенствование техники ведения мяча в движении.
 - учить технике ловли и передачи мяча двумя руками от груди на месте в парах;
2. Метапредметные:
 - самостоятельная деятельность учащихся;
 - осуществление самоконтроля;
 - умение анализировать выполняемые упражнения.
3. Личностные:
 - развитие координации, силы, ловкости;
 - воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями;
 - доброжелательное отношение друг к другу.

Планируемые достижения: 1. Учиться осваивать технику ловли и передачи мяча двумя руками от груди;
2. Совершенствовать освоение технике ведения мяча в движении.

Тип урока: комбинированный.

Формы организации деятельности на уроке: фронтальный, работа в парах, групповой.

Технология обучения: развивающая.

Материально-техническое обеспечение: баскетбольные мячи, свисток, ориентиры в виде бумажных баскетбольных мячей, конусы.

Методическое пособие: Примерная программа по физической культуре В.И.Ляха в 1-4классах Просвещение 2021г.

Место проведения: МБОУ СОШ №8, спортивный зал

Содержание и ход урока

Часть урока	Дозировка	Содержание	ОМУ
Подготовительная	15'	<p>Построение, приветствие, сообщение темы и задач урока</p> <p>Класс «Равняйся!», «Смирно!». Здравствуйте. Тема нашего урока «Ловля и передача мяча двумя руками от груди. И совершенствуем введение мяча в движении».</p>	<p>Построение в одну шеренгу</p> <div data-bbox="1346 341 1823 437" style="border: 1px solid black; width: 213px; height: 60px; margin: 10px 0;"></div> <p>Проверить наличие установленной спортивной формы</p> <p>И.П. – основная стойка</p> <p>Пятки вместе, носки врозь, расстояние между носками толщина пятки. Плечи расправить, руки вдоль туловища</p>
	20'' 2'	<p>Движение шагом. (По ходу движения берем мяч в правую руку)</p> <p>Ходьба с заданием с мячом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба на носках, руки вверх с мячом; - ходьба на внешней стороне стопы, руки вперед с мячом; - наклон вперед с мячом к 	<p>Направо! За направляющим в обход налево шагом марш! Дистанция 2 шага</p> <p>Руки вверх, спина прямая, смотрим вперед</p> <p>Спина прямая, не наклоняемся</p>

		<p>впередстоящей ноге на каждый шаг;</p> <p>1- шаг левой ногой, наклон вперед</p> <p>2- соединяем ноги</p> <p>3- шаг правой ногой, наклон вперед</p> <p>4- соединяем ноги</p> <p>- выпад вперед, руки с мячом вверх;</p> <p>1- выпад вперед левой ногой, руки с мячом вверх</p> <p>2- И.п.</p> <p>3- выпад правой ногой, руки вверх с мячом</p> <p>4 – И.п.</p> <p>- Ходьба без задания</p>	<p>Мячом коснуться пола, колени не сгибать, дистанция 1 метр</p> <p>Выпад глубже, спина прямая, руки вверху не сгибаем, дистанция 1 метр</p> <p>Без задания марш!</p>
	4'	<p>Движение бегом:</p> <p>- мяч в правой руке бегом марш;</p> <p>- приставным шагом правым боком, руки согнуты мяч перед грудью;</p> <p>- приставным шагом левым боком, руки согнуты мяч перед грудью;</p> <p>- бег без задания.</p> <p>Перестроение из колонны по одному в колонны по 4.</p>	<p>Бегом марш!</p> <p>Дистанция три шага!</p> <p>Не прыгать, сесть ниже, не ставить ноги скрестно.</p> <p>Шагом марш!</p> <p>Налево в колонну по 4 - марш!</p> <p>Интервал, дистанция 2 шага</p>

			На месте стой! Налево!
	9'	ОРУ на месте с мячом:	
	5 раз	❖ И.п.: стойка, мяч перед грудью; 1 – наклон головы вперёд, сдавить мяч руками 2 – и.п. 3 - наклон головы назад; 4 – и.п. 5 – наклон головы вправо; 6 – и.п. 7 – наклон головы влево 8 – и.п.	Давить на мяч подушечками пальцев. В и.п. пальцы расслабить
	5 раз	❖ И.п. стойка, мяч в правой руке 1- Правая рука в сторону 2- И.п. 3- Левая рука в сторону 4- И.п.	Руки не сгибаем, спина прямая
	5 раз	❖ И.п.: стойка, мяч вниз; 1 – мяч вверх, правая назад на носок 2 – и.п. 3–4 – то же левой.	Прогнуться, голова вверх. Спину держим прямо.
	5 раз	❖ И.п.: стойка, мяч вниз 1 – правая в сторону на носок, наклон вправо, мяч вверх 2 – и.п. 3–4 – то же влево	Спина прямая, руки не сгибаем в локтевом суставе. При наклоне смотреть через плечо на пятку.
	5 раз	❖ И.п.: широкая стойка ноги врозь, мяч вверх; 1 – наклон вперёд к правой ноге,	При наклонах колени не сгибать

	5 раз	<p>положить мяч; 2 – И.п. стойка ноги врозь, руки вверх; 3 – наклон вперед к правой ноге взять мяч; 4 – и.п.; 5–8 – то же самое к другой ноге.</p> <p>❖ И.п.: стойка ноги врозь, мяч вверх 1–4 – круговое движение туловищем вправо; 5–8 – то же влево.</p> <p>Пол оборота влево!!!</p> <p>❖ И.п.: основная стойка, мяч вниз; 1 – выпад правой ногой вперед, мяч на грудь 2 – и.п. 3–4 – то же с левой ноги.</p> <p>Пол оборота вправо!!!</p> <p>❖ И.п.: стойка, мяч перед грудью; 1 – прыжок ноги врозь, мяч вверх; 2 – прыжок ноги вместе, мяч перед грудью; 3–4 – то же.</p> <p><u>Движение шагом на месте мяч в правой руке</u> «Слевой ноги на месте шагом марш.левой,левой раз два три. На месте стой».</p>	<p>Амплитуда больше, смотреть на мяч</p> <p>Туловище прямо, выпад глубже, слушаем счет</p> <p>Слушаем счет, прыгаем на носках, чуть сгибаем колени</p> <p>Руки не опускаем, мах выше, спину держим прямо</p>
	5 раз		
	5 раз		

	8'	<p>- введение мяча в беге правой рукой.</p> <p>Первые две колонные слева к бумажным мячам.</p> <p>Третья четвертая колонны справа к бумажным мячам.</p> <p><u>Ловля и передача мяча от груди двумя руками на месте в парах.</u></p> <p>Показ и объяснение упражнения (с Тимуром). Кто готов принимать передачу, руки вперед, ноги на ширине плеч.</p> <p>Ставим толчковую ногу вперед, руки с мячом, перед грудью;</p> <p>1- Поджимаем мяч к груди, ноги сгибаются в коленях;</p> <p>2- Выполняем передачу партнеру.</p> <p>Выполняем самостоятельно без счета.</p>	<p>Ноги чуть согнуты, на мяч не смотрим, мяч направляем вперед. Заслон соблюдаем, руки на уровне пояса, спина чуть наклонена. Быстро не бежим. Мяч передаем в руки, не броском.</p> <p>Каждый встает на один мяч.</p> <p>Выполнить по сигналу, встать парами лицом друг к другу</p> <p>Принимаем стойку баскетболиста, Толчковая нога впереди. Руки образуют ковш. Пальцы не смыкать.</p> <p>Спина не отводится назад, тяжесть тела переносим на заднюю ногу. Мяч летит параллельно полу.</p> <p>Выполняем под счет (6 передач)</p> <p>По 6 передач на каждого. Не торопимся, соблюдаем технику передачи.</p> <p><u>По свистку мяч у первой шеренги</u></p>
--	----	---	---

	4'	<p><i>Проговорить ошибки ученикам. Дать методические указания.</i></p> <p>Сейчас мы с вами закрепим передачу мяча игрой «Собачка».</p> <p style="text-align: center;"><u>Образуем три круга.</u></p> <p style="text-align: center;">«Собачка»</p> <p>Выбирается по желанию, или с помощью считалочки «собачка» - ученик, который будет отнимать мяч.</p> <p><u>Обсуждение:</u> - Кто был собачкой, поднять руки? - Молодцы, ловкость, быстрота у вас развита хорошо. <i>У кого мяч в руке, положите на место.</i></p>	<p>Еще раз показать передачу (два ученика)</p> <p>Первые 8 человек по 4 с двух колонн, образуют первый круг, и т.д.</p> <p>Его задача коснуться мяча, у кого было последнее касание или кто не успел сделать передачу, тот становится новой «собачкой». Толчковая нога впереди, Траектория полета мяча можно менять вверх.</p>
Заключительная	5'	<p>- перестроение.</p> <p>Равняйсь, Смирно!!!</p> <p>1. Игра на внимание «Запрещенное движение»</p> <p>Выполняют упражнения с применением известных способов действия. Запрещённое движение «присед, руки вперёд и т.д.»</p>	<p>В одну шеренгу становись!</p> <p>Кто ошибается и выполняет запрещённое движение, тот делает шаг вперёд. Выигрывают те, кто ни разу не ошибется.</p>

		<p>- Подведение итогов, оценивание</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Что мы с вами сегодня изучали?</i> (Ловлю и передачу мяча двумя руками от груди) ❖ <i>Еще что делали?</i> (введение мяча, на месте, в движении) ❖ <i>Какие физические качества развивали?</i> (ловкость, силу, координацию) <p>- Домашнее задание</p> <p>- Организованный уход</p>	<p>Выслушать все ответы учащихся и проанализировать.</p> <p>Все молодцы. Старались, выполняли все правильно, четко не торопились. За работу на уроке сегодня все получают положительную оценку.</p> <p>Повторить имитацию передачи мяча. Можно под счет.</p> <p>Равняйся! Смирно! Урок закончен, ДО-свидания! Вольно, парами.</p>
--	--	--	---