

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Усемикентская СОШ»

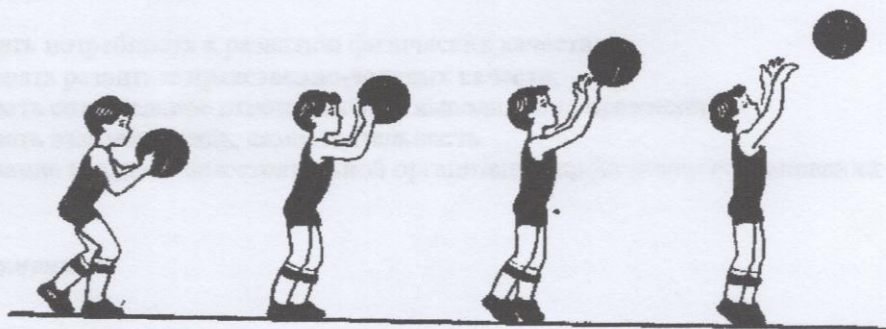
Директор: *Гаджиева А.С.*  
Учитель: *Гаджиев Арслан Раджабович*



# КОНСПЕКТ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

## В 5 КЛАССЕ

### «Элементы баскетбола»



Автор: учитель физической культуры  
Гаджиев Арслан Раджабович

**Учебный предмет:** физическая культура

**Класс:** 5

**Раздел:** Баскетбол

**Тема урока:** Элементы баскетбола

**Цель урока:** Создать условия для совершенствования техники баскетбола посредством игры.

**Задачи урока:**

***Образовательные:***

1. совершенствовать технику ведения баскетбольного мяча правой и левой руками;
2. совершенствовать технику передачи баскетбольного мяча двумя руками от груди с отскоком об пол, двумя руками из-за головы, одной рукой от плеча без удара об пол;
3. совершенствовать технику перемещения приставным шагом в стойке баскетболиста.
4. Совершенствовать технику бросков мяча в баскетбольное кольцо.
5. Обучать детей подбору и организации подвижных игр с элементами баскетбола.

***Физиологические:***

1. содействовать развитию физических качеств (быстроты, выносливости, ловкости) и координационных способностей.

***Воспитательные:***

1. воспитывать потребность к развитию физических качеств;
2. содействовать развитию нравственно-волевых качеств;
3. формировать сознательное отношение при выполнении упражнений;
4. воспитывать взаимопомощь, самостоятельность.
5. формирование навыков самостоятельной организации простейших соревнований по баскетболу;

***Предметные умения:***

1. Моделировать технику базовых способов передвижения с баскетбольным мячом
2. Осваивать универсальные умения контролировать скорость движения с мячом
3. Выявлять характерные ошибки в технике ведения, передачи и защиты мяча.
4. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в совершенствовании техники баскетбола и играх с баскетбольным мячом
5. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности

***УУД:***

***Личностные универсальные учебные действия:***

Научить ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «настоящий друг». формирование положительного отношения к занятиям двигательной деятельностью, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы

***Познавательные учебные действия:***

1. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;
2. Играть в подвижные игры на основе баскетбола;
3. Объяснять свой двигательный опыт и технику выполнения разучиваемых упражнений и заданий;
4. Осознавать важность освоения универсальных умений, связанных с выполнением упражнений с баскетбольным мячом;
5. Понимать важность выполнения строевых упражнений разученных ранее;
6. Учиться игровым заданиям и играм на основе баскетбола;
7. Наблюдать и делать самостоятельные простые выводы.

### **Регулятивные учебные действия:**

1. Содействовать развитию быстроты реакции, координации движений, ловкости, силы.
2. Развивать творчество, инициативу в двигательных действиях.
3. Прививать интерес к здоровому образу жизни.
4. Способствовать повышению общего функционального состояния организма.
5. Способствовать формированию опорно-двигательного аппарата и правильной осанки

### **Коммуникативные учебные действия:**

1. Воспитывать доброжелательные отношения между детьми в совместной двигательной деятельности.
2. Прививать детям стойкий интерес к подвижным играм, поддерживать в них жизненный оптимизм и здоровый соревновательный дух, поощрять творчество и разнообразную двигательную деятельность.
3. Участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки.

**Тип урока:** обучающий

**Методы проведения:** Поточный, фронтальный, групповой, индивидуальный, игровой.

**Место проведения:** спортивный зал школы.

**Инвентарь и оборудование:** баскетбольные мячи, стойки, свисток, секундомер .

**Методическая карта урока:**

#### **1. Организация класса. Введение в ситуацию общения (подготовительная часть урока):**

1. Сообщение цели и задач урока, настроить учащихся на деятельность.
2. Подведение учащихся к определению темы урока
3. Упражнять в выполнении строевых упражнений, изученных ранее
4. Совершенствование техники выполнения упражнений
5. Совершенствование техники выполнения комплекса ОРУ

#### **2. Актуализация знаний и пробное учебное действие (основная часть урока):**

1. Совершенствование выполнения упражнений с баскетбольным мячом
2. Совершенствование техники передвижения с баскетбольным мячом
3. Закрепление и совершенствование навыков ведения, передачи, бросков и защиты мяча в игре с элементами баскетбола

#### **3. Рефлексия учебной деятельности на уроке (заключительная часть урока):**

1. Учить игровым заданиям, игре на внимание.
2. Способствовать понижению нагрузки, проверка внимания.
3. Подведение итогов урока.

### **Ход урока:**

<b>Часть урока</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>Дозировка</b>	<b>Методические замечания</b>	<b>Примечание</b>
<b>1. Подготовительная часть.</b>	1. Подготовка класса к уроку (надеть тренировочные костюмы и спортивную обувь)	1 мин.		Подготовить организм функционально к работе.
<b>Цель:</b> Мотивация деятельности обучающихся. Организовать коллектив класса, овладеть	2. Построение класса в шеренгу, рапорт физорга, приветствие учащихся	3 мин.	Дети строятся в одну шеренгу, 0,3. Впереди мальчики по росту, за ними девочки по росту.	Руки вдоль тела, спины прямые, ноги вместе.  Физорг:  - Класс! Равняйся! Смирно! По порядку рассчитайся!

<p>вниманием.</p>	<p>3.Проверка домашнего задания.</p> <p>Сообщение задач на уроке.</p>		<p>Ученики выполняют.</p> <p>Раппорт физорга: «Товарищ учитель физкультуры, на уроке присутствует 3 "В" класс в количестве ..... Отсутствуют..... Не готовы ..... Освобождены.....Раппорт сдан!»</p> <p>Учитель: Раппорт принят. Физорг: - Класс! Вольно! Учитель: -Здравствуйтесь ребята! Ученики: -Здрасьть!</p> <p>Вопросы: 1. Родина баскетбола? 2.Кто придумал игру? 3. Сколько человек играет в команде? 4. Входит ли баскетбол в состав Олимпийских игр.</p>	<p>- США</p> <p>- Джеймс Нейсмит</p> <p>- 5 человек.</p> <p>- входит.</p> <p>Вопрос ученикам: - Кто из вас может сформулировать тему нашего урока?</p> <p>Ребята! В течении нескольких уроках мы с вами изучали технику ведения, бросков, передачи и защиты мяча в баскетболе. Теперь мы знаем некоторые правила игры в баскетбол. Давайте вместе назовем задачи урока. -Сегодня на уроке мы будем совершенствовать умения и навыки полученные на предыдущих уроках.</p> <p>Учитель:  - Кто из вас сможет назвать физические качества, которые развивает игра</p>
-------------------	---	--	---	---

				баскетбол? Обоснуйте.  Дети поднимают руку и по жесту учителя по очереди дают ответы.
	3. Динамическая и статическая разминка.	10 мин.		
	<p>За направляющим по залу:</p> <p><b>Передвижения:</b>  - ходьба обычная;  - ходьба на носках руки на пояс;  - ходьба на пятках руки за голову;  - ходьба в полуприсяде.</p> <p><b>Специальные беговые упражнения:</b>  - медленный бег;  - бег с изменением направления;  - бег змейкой:  приставными шагами попеременно правым и левым боком, с высоким подниманием бедра, с захлестом голени.</p> <p><b>Специальные упражнения баскетболиста:</b>  - передвижения приставным шагом, чередование видов приставных шагов по звуковому сигналу;  - бег с остановкой, разворотом и сменой направления,  - прыжки на обеих ногах с продвижением вперед и другие задания.</p> <p><b>Упражнения на восстановление дыхания:</b>  - Руки вверх вдох, - Низ выдох.</p>	<p>Упражнения выполняются в движении по кругу с соблюдением дистанции.</p> <p>Ходьба как упражнение для укрепления стопы</p> <p>Ходьба и бег с одновременным выполнением упражнений по заданию учителя (на внимание, укрепление стопы, формирование осанки)</p> <p>Темп постепенно увеличить.</p>	<p>Динамическая разминка выполняется без счета по команде учителя (словесной или звуковой)</p>	
	Строевые упражнения		Все строевые	По команде учителя



	<p>по команде учителя:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- За направляющим шагом марш! Через центр в колонны по три!</li> <li>- На месте стой!</li> <li>- Налево! На вытянутые руки разомкнись!</li> </ul>		команды и упражнения изучены ранее на уроках.	строевые упражнения выполняются четко под счет.
	<p>Статическая разминка (проводит учащийся). От шейного отдела вниз до стоп. Заканчивается разминка приседаниями и прыжками.</p>		Учащийся, который проводит разминку должен знать последовательность и правила проведения разминки. Разминка проводится на оценку.	Статическая разминка проводится учащимися класса по назначению физоргом.
	<p>Упражнения на дыхание.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- На три счета медленно вдыхаем, задерживаем дыхание, на счет четыре выдох.</li> <li>-Руки вперед, в стороны (ладошки показали солнышку), головушки поднять вверх, глазки закрыли, на носочки встали.</li> </ul>		Упражнения выполняются медленно. Повторить 2-3 раза.	Наблюдать, чтоб учащиеся выполняли дыхательные упражнения строго и правильно. Упражнения помогают восстановить силы потраченные на прыжки и восстановить дыхание.
<b>2. Основная часть.</b>		25мин.		
	<p><b>1. Инструктаж по технике безопасности.</b></p> <p><b>2. Напоминание способов ловли мяча:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двумя руками, одной.</li> <li>- высокого, на уровне груди, низкого, катящегося, с низкого</li> </ul>	<p>15сек.</p> <p>5мин.</p>	<p>Следить, чтобы дети:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-не выставляли пальцы вперед навстречу передачи.</li> <li>- не передавали мяч резко с близкого расстояния.</li> <li>- передавали мяч точно с оптимальной</li> </ul>	<p>Упражнения начинают выполнять и заканчивают по сигналу учителя. Сохранять стойку баскетболиста. Обратить внимание. Чтобы кисти рук располагались на поверхности мяча, Исключить шлепки по мячу вместо активных его толчков.</p>

	<p>отскока.</p> <p>3. Классификация передач двумя руками:</p> <p>- сверху, от плеча, от груди, снизу.</p> <p>4.Классификация передач одной рукой:</p> <p>- сверху, от головы, от плеча, снизу.</p>		<p>силой.</p> <p>- не передавали мяч, если его не видит партнер.</p> <p>Встречать летящий мяч, нужно выпрямить руки вперед. Кисти с широко расставленными пальцами образуют воронку.</p> <p>В момент касания ладоней:</p> <p>- мяч захватывается кончиками пальцев.</p> <p>- локти сгибаются.</p> <p>- мяч подтягивается к груди.</p> <p>- одновременно сгибаются ноги.</p>	
	<p><b>3.Передача и ведение баскетбольного мяча в парах на месте и с передвижением:</b></p> <p>а)Стоя на месте передача мяча в колонне в одну и другую сторону</p> <p>б) вращение мяча вокруг тела, передача мяча двумя руками от груди.</p> <p>в) передача мяча с двумя руками с отскоком от пола.</p> <p>г) передача мяча с двумя руками от головы</p> <p>д) передача мяча от плеча (правой и левой рукой).</p> <p>е) Броски мяча из-за спины вперед-вверх с дальнейшей передачей.</p> <p>ж) ведение мяча вокруг партнера, возвращаясь на свое</p>	<p>5 мин.</p>	<p>Смотрим вверх, на мяч. Шагаем вперед попеременно правой и левой ногой.</p> <p>Не отрываем пятки от земли, стараемся держать спину ровно.</p>	<p>Словесный, наглядный, метод упражнений.</p> <p>Следить за правильностью выполнения упражнений, оказывать индивидуальную консультацию.</p> <p>Следить за точностью передачи.</p>

	<p>место, передают мяч по воздуху.</p> <p>з) передвижение змейкой с броском в кольцо.</p> <p>и) передача мяча без ударов с продвижением в перед одного партнера и спиной другого.</p>			
	<p><b>Совершенствование техники баскетбола посредством игр.</b></p> <p><b>1. подвижная игра «Ненасытный баскетболист»</b> (приложение)</p> <p><b>2. Подвижная игра «Нет мяча – защищайся!»</b> (приложение)</p> <p><b>3. Подвижная игра «Мини-баскетбол»</b> (приложение)</p>	<p>5 мин.</p> <p>5мин</p> <p>5мин</p>	<p>Игра проводится в парах: первый участник – баскетболист, второй – судья. По сигналу руководителя первый начинает выполнять броски в кольцо, стараясь за 1 мин. или за 30 сек. забросить как можно больше мячей.</p> <p>Игра проводится в парах. Участники выполняют передачи на скорость.</p>	<p><b>Методы мотивирования соревновательной деятельности:</b></p> <p>Проигравший приседает или отжимается 5 раз.</p> <p>Судьи - освобожденные дети.</p>



<p><b>3. Заключительная часть.</b></p>	<p><b>Рефлексия:</b>          -Возьмитесь за руки и закройте глаза, сделайте глубокий вдох и выдох 3 раза.          Ответьте:          Что было самым интересным на уроке?          Что было самым трудным? Как вы смогли преодолеть?          Что бы я пожелал другим в конце урока?</p> <p>-Оцените себя за урок.</p> <p>Организованный уход из зала.</p>	<p>2 мин.</p>	<p>Упражнения выполняют в спокойном темпе, с закрытыми глазами.</p>	<p>Восстановление дыхания и оптимизация ЧСС.          Приведение организма в оптимальное для следующей деятельности состояние.          Подведение итогов.</p>
	<p>Подведение итогов урока.</p> <p>Домашнее задание:</p> <p>- поднимание туловища из положения лежа.          Девочки -15 раз,          мальчики – 20 раз</p>	<p>4 мин.</p>	<p>Построение в одну шеренгу по одному.          Выставление оценок.          Поблагодарить обучающихся за совместную деятельность.</p> <p>« Урок закончен.          Спасибо за урок!          До свидания!          Направо, в раздевалку шагом марш!»</p>	<p>Проанализировать и оценить работу обучающихся на уроке.          Указать на типичные ошибки. Пригласить ребят на дополнительные занятия.          - сознательная, активная деятельность обучающегося,          - правильность выполнения упражнений,          -творческое отношение к своей деятельности.</p>