

Муниципальное казенное образовательное учреждение  
«Федяшевская средняя общеобразовательная школа»  
Ясногорского района Тульской области

**КОНСПЕКТ УРОКА по ФИЗКУЛЬТУРЕ**

**БАСКЕТБОЛ**

7 класс

*Учитель Михеева Тамара Николаевна*

2012 год

**Цель:** Обучение навыкам владения элементами техники баскетбола.

**Задачи:** 1. Обучение технике перехвата мяча; ведению мяча в игре в баскетбол.

2. Развитие ловкости, прыгучести, быстроты.

3. Воспитание трудолюбия, чувство товарищества.

**Тип занятия:** Обучающий.

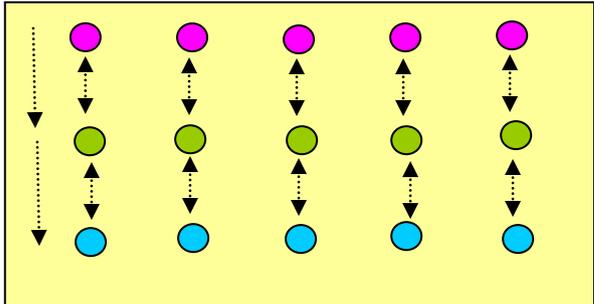
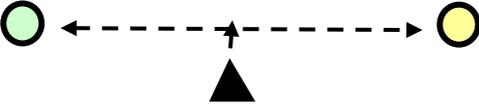
**Метод проведения:** фронтальный, групповой, индивидуальный, поточный, игровой.

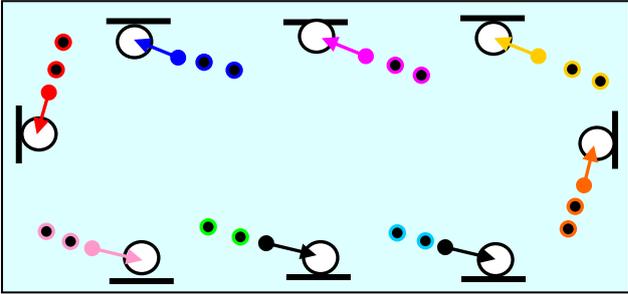
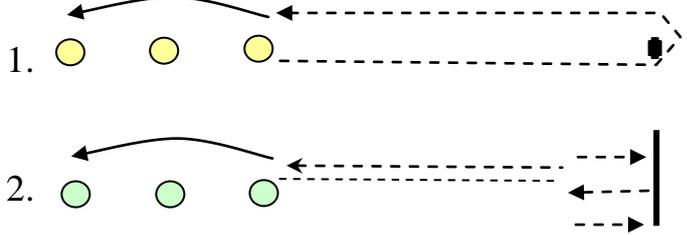
**Место проведения:** Спортивный зал

**Инвентарь:** баскетбольные мячи, стойки, мультимедийный комплекс (ноутбук, экран, колонки).

**Время проведения:** 40 мин.

Часть урока	Содержание	Время	Организационно-методические указания
1	2	3	4
I.	Вводная	13 мин	
	1. Построение, сообщение задач.	1 мин	Дежурный строит класс, и сдает рапорт о готовности класса к уроку. Обратить внимание на спортивную форму, обувь занимающихся.
	2. Беседа: «Техника перехвата мяча в баскетболе»	6 мин	Использовать презентацию, к уроку выполненную в программе «Power Point»;
	3. Ходьба, бег. а) ОРУ в движении: - ходьба, держась руками за голеностоп; - ходьба в сочетании с боксерскими движениями в различном темпе; б) Разновидность бега: - в медленном темпе; - с остановками по звуковому сигналу (свисток - ладонями коснуться пола с правой и левой стороны); - с ускорением по зрительному сигналу; - через каждые 4-5 шагов прыжок вверх толчком одной ногой;	3 мин           5-6 раз 5-6 раз	Ноги прямые.  Менять темп счета          Чередовать стороны касания   Прыжок точно вверх
	4. Подвижная игра «Охотники и утки»	3 мин	Перестроение в два круга для проведения игры. Выигрывает команда, которая за 1,5 минуты осалит больше игроков. (Приложение 1)

II.	Основная	25 минут	
	<p>1. Передача мяча в тройках:</p> <p>а) двумя руками от груди;  б) двумя руками с отскоком от пола;  в) одной рукой от плеча;  г) за 30 сек – кто больше выполнит передач.</p>	5 мин	<p>Класс перестроить из одной шеренги в три (упражнения выполнять в тройках).</p> 
	<p>2. Перехват мяча:</p> <p>1) передачи мяча в стену:  а) защитник располагается сбоку нападающего;  б) защитник располагается сзади нападающего;  2) передачи мяча в парах, защитник сбоку линии передачи;  3) игра «Собачка»</p>	10 мин	<p>1. а) </p> <p>2. </p> <p>3. </p> <p>Особое внимание на выбор момента для перехвата мяча, готовность ног для рывка и готовность рук и кистей для ловли.</p>
	<p>3. Взаимодействие 1 x 1</p> 	5 мин	<p>Один - нападающий, другой – защитник. Нападающие двигаются произвольно по площадке, каждого из них опекает защитник, передвигаясь приставными шагами. Нападающий изменяет скорость и направление бега, пытаясь вывести из равновесия защитника и убежать от него. Через 30 секунд партнеры меняются местами.</p> <p>На одной половине площадки работают – девочки (3 пары), на другой – мальчики (3 пары), остальные отдыхают (через 1 минуту смена).</p>

	4. Ведение 2 шага – бросок в кольцо: 1) правой рукой; 2) левой рукой	7 мин	Упражнение выполняется в тройках.   На команду учеников: попасть 10 раз, потом по сигналу переход к другому кольцу, против часовой стрелки; Левой рукой ведение – бросок ученики выполняют с левой стороны щита, переходы против часовой стрелки.
<b>III.</b>	<b>Заключительная</b>	<b>5 мин</b>	
	1. Эстафета: а) обводка стоек: - левой рукой; - правой рукой; б) ведение - 3 передачи в стену (в квадрат) – ведение.	4 мин	Класс перестроить в 3 колонны. 
	2. Подведение итогов. 3. Организованный уход из зала.	1 мин	Указать на ошибки. Выделить ребят, которые хорошо справились с заданиями. Похвалить всех за работу.

### Литература:

1. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений /Д.И. Нестеровский. — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2007.
2. Упражнения в баскетболе. "Физкультура и спорт", 1972г.
3. Физкультура и Спорт малая энциклопедия (Гусевой Г.В., Кондрашовой Н.М., Милютин В.П., 1992г)