

Конспект урока по Физической культуре в 3-м классе

Учитель по физической культуре: Абдуллин Марат Рустамович

№ урока, дата проведения: № 29. 24.11.2023 г.

Раздел программы. Баскетбол.

Цель урока: Развитие интереса к баскетболу и развитие универсальных двигательных способностей в баскетболе при обучении технике введения и передачи мяча.

Задачи урока:

Образовательные: 1. Повторение техники введения баскетбольного мяча.

2. Обучение техники передачи мяча в парах.

3. Подвижная игра “10 передач”.

Оздоровительная: Развитие координационных способностей.

Воспитательная: Воспитание внимательности и умения взаимодействовать в процессе занятия.

Инвентарь: баскетбольные мячи, свисток.

Основные термины. Стойка баскетболиста, введение мяча, передача.

№	Содержание урока	Дозировка	Характеристика деятельности учащегося
I	Вводно-подготовительная часть	15-17 мин.	
1.	Построение; Посмотреть наличие формы. Сдача рапорта, приветствие. Проверка готовности обучающихся к уроку, Сообщение цели, задач урока. Создает эмоциональный настрой на изучение нового материала.	1-2 мин.	Слушают наводящие вопросы учителя. Отвечают на вопрос, какие навыки развиваются в баскетболе при введении баскетбольного мяча?
2.	Напра-ВО! В обход налево-шагом – МАРШ! Упражнения в ходьбе в колонне по одному: - на носках, руки вверх; - на пятках руки за голову, локти в стороны; - на внешней стороне стопы руки к плечам, круговые движения руками вперед и назад на (4 счета); - на внутренней стороне стопы, руки за спиной; - перекаты с пятки на носок. - медленно бегом. - бег с захлестыванием голени. - бег с высоким подниманием бедра. - обычно шагом, руки дугами через стороны вверх и вниз. - приставным шагом правым/левым боком. - прыжки на двух ногах, ноги вместе через линию. - обычно шагом, руки дугами через стороны вверх и вниз. - строевым шагом - Марш! Построение в шеренгу.	1 мин. 1 мин. 20 сек. 20 сек. 20 сек. 20 сек. 20 сек. 20 сек. 30 сек. 30 сек. 20 сек. 30 сек. 20 сек. 20 сек.	Передвижение по разметке волейбольной площадки. Передвигаться строевым шагом с дистанцией 2 метра. Держать спину прямой, подбородок поднят. Передвигаться на пятках, контролируют правильную осанку. Следят за правильностью выполнения упражнения. Соблюдают дистанцию 2 метра. Работа руками и ногами осуществляется как можно чаще При поднятии бедра угол составляет 90 градусов. Восстанавливают дыхание. Прыгают слева справа от линии с продвижением вперед. Восстанавливают дыхание.

3.	<p>На 1, 2 рассчитайсь! В две шеренги – стройся! Ученики берут баскетбольные мячи и возвращаются на свои места. <u>- выполнить ОРУ:</u> -1. И. п. – узкая стойка, мяч в руках; 1.- шаг правой вперед, мяч вверх, прогнуться в спине; 2.- И. п.; 3-4.- то же с левой ноги; -2. И. п.- стойка ноги врозь, руки в стороны, мяч в правой ладони; 1-2.- передача из правой руки в левую перед собой; 3-4.- то же в обратную сторону; -3. И. п. – стойка ноги врозь, руки вперед, мяч в руках. 1.- мах правой ногой, коснуться мяча; 2.- опустить ногу; 3.- мах левой ногой, коснуться мяча; 4.- опустить ногу; -4. И. п. – узкая стойка ноги врозь, мяч в руках. 1.- руки вверх, прогнуться в спине; 2.- наклониться коснуться мячом пола; 3-4.- то же самое. -5. И. п. – стойка ноги врозь, мяч в руках. Передача мяча за спиной на уровне живота 4 влево, 4 вправо. -6. И. п. – узкая стойка ноги врозь, мяч на полу у ног, пальца в замок. Вращение стопой и вращение кистями, то же другой ногой. Остаться на месте!</p>	<p>1 мин. 30 сек. 5-6 мин 6-8 пов. 6-8 пов. 6-8 пов. 6-8 пов. 30 сек. 6-8 пов.</p>	<p>Ученики под счет перестраиваются в 2 шеренги, выравниваются и размыкаются. Выполняют упражнение с мячом под счет. Держат мяч одной рукой, падают мяч и стараются не уронить его. Разминают мышцы ног. Растягивают мышцы спины. Развивают координацию рук. Подготавливают суставы кистей и стоп к упражнениям. Стоят на месте и слушают учителя.</p>
II	Основная часть	19-21 мин.	
1.	<p><u>Повторение техники введения баскетбольного мяча.</u> Выполнение. Принять стойку баскетболиста, мяч в правой руке, введение на месте, мяч касается пола возле ноги сбоку. <u>Подводящие упражнения:</u> 1. Введение мяча на месте одной рукой, то же другой рукой. 2. Подбросить мяч вверх двумя руками, сделать хлопок спереди, сзади и поймать мяч. 3. Ловля мяча после отскока с шагом вперед. Вторые номера Кругом! 4. Приняли стойку баскетболиста, колени как можно шире. Передача мяча восьмеркой между ног. Вторые номера в одну шеренгу – Марш! 5. Введение мяча правой рукой в шаг, потом то же левой рукой. 6. То же в беге.</p>	<p>1-2 мин. 1 мин. 30 сек. 30 сек. 30 сек. 20 сек. 8 прямых 8 прямых</p>	<p>Следят за техникой выполнения. Можно выполнять со зрительным контролем мяча и без зрительного контроля. Мяч отбиваем на уровне живота. Подбрасываем мяч на такую высоту, чтобы успеть сделать хлопки. Мяч должен подлететь выше головы и когда мяч опускается, ловят двумя руками. Передают мяч изнутри под коленом. Стоят на боковой линии в разомкнутом строю. Передвигаются от боковой до боковой линии. Сначала 1-е номера две прямых, потом 2-е две прямых. Ученики задания выполняют по команде.</p>

	Разобрать наиболее частые ошибки при введении мяча и обсудить с учениками.	1-2 мин	Ошибки: высокое введение на уровне плеч, удар по мячу всей ладонью, передвижение на прямых ногах.
2.	<u>Обучение техники передачи мяча в парах.</u> 2-ые номера убрали мяч за скамейку. <u>Подводящие упражнения:</u> 1. Передача мяча от груди в парах. 2. Передача мяча с отскоком от пола.	2 мин. 2 мин.	2-ые номера сделали 4 шага вперед и встали напротив 1-ых номеров. Бросок выполняется от груди, в грудь партнеру, второй ловит, выпрямляя руки вперед, ладони повторяют форму мяча, ловят и сгибают руки к груди. Мяч бросают в 1-ом метре от партнера, что бы после отскока мяч прилетел в руки партнера.
3.	<u>Подвижная игра “10 передач”.</u> Задача передать мяч в парах от груди. Сделать как можно быстрее 10 передач, стараясь не ронять мяч. Кто быстрее выполнил, та пара должна поднять руки вверх. Если уронил мяч, нужно поднять мяч и продолжить игру.	3-4 мин.	Правила. Во время передач мяча, броски выполняются только от груди. Вести счет вслух. Те кто сделали первыми побеждают, кто после них по убывающей занимают соответствующие места.
III	Заключительная часть	1-2 мин.	
1.	Построение, подведение итогов урока. Похвалить всех детей, выделить особо отличившихся. Чему сегодня уделили время на уроке?	1 мин.	Разбор ошибок каждого учащегося, индивидуальное задание на их исправление. Убрать мячи.
2.	Домашнее задание. Организованно покинуть место проведения урока.	30 сек. 20 сек.	Выучить названия разметки баскетбольной площадки.