Министерство образования и науки Республики Казахстан

Управление образования акимата Костанайской области

Отдел образования акимата Сарыкольского района

КГУ «Тимирязевская средняя школа»

Открытый урок

по физической культуре в 7 классе

Тема урока:

**Броски мяча двумя руками с места и в прыжке.**



Шаймерденов Арман Турсунулы

Учитель физической культуры

КГУ «Тимирязевская СШ»

п. Тимирязева 2013 г.

**План конспект урока по ФК № 66**

**Раздел: *Спортивные игры: Баскетбол***

**Учитель: *Шаймерденов А.Т.***

**Дата: *25января 2013***

**Класс:** *7 класс*

**Место:** *спортивный зал Тимирязевской СШ*

**Тема урока: *Броски мяча двумя руками с места и в прыжке.***

**Задачи урока:**

1. *Образовательные:*

* *совершенствовать передачу – ловлю мяча на месте, при встречном движении;*
* *совершенствовать умения в бросках мяча в корзину, в движении с отражением от щита, подбор мяча;*
* *совершенствовать игровые способности в учебной игре Баскетбол.*

1. *Развивающие:*

* *развивать двигательные качества – ловкость, быстроту движений, выносливость.*

1. *Воспитательные:*

* *воспитывать морально-волевые качества – смелость, честность, коллективизм.*

**Инвентарь:** *баскетбольные мячи, свисток*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ЧУ** | **Ход урока** | **Доз-**  **ка** | **ОМУ** |
| **Подготовительная часть 15 мин** | 1.Построение, рапорт, приветствие, сообщение задач урока.  2. Повороты на месте: на пра-во, на ле-во, кру-гом.3. Ходьба с переходом на легкий бег  4. Прыжки, Специальные беговые упражнения.  5. ОРУ  6. Построение. | 5’  30”  2’  3’30”  3’30”  30” | Физорг до звонка, громко, одновременно, кратко, в доступной форме,  Добиться четкости и правильности выполнения.В колонне по одному  Делимся на 2 группы через середину.  В колонне по одному, руки вверх – вдох, руки вниз – выдох.  В шеренгу по одному. |
| **Основная часть 25 мин** | I. Совершенствование передачи-ловли мяча на месте, при встречном движении.  Упражнения в шеренгах по двое:  а) передача мяча от груди с отскоком о пол;  б) передача мяча по высокой траектории полета;  в) передача мяча при встречном движении – один игрок выполняет движение, второй – выбегает ему на встречу; в этот момент первый игрок делает передачу мяча от груди с отскоком о площадку;  г) то же что и в пункте в), но передача мяча по высокой траектории полета;  д) обводка – первый игрок ведет мяч вокруг своего партнера, защищая своим корпусом, продолжая движения ведения мяча; передача мяча второму игроку.  II. Совершенствование умения броска в корзину в движении с отражением от щита, подбор мяча.  1. Перестроение в 2 колонны ( встать за лицевой линией).  2. Передача мяча 2 руками от груди в парах без ведения вдоль границ зала, бросок по кольцу, подбор.  3. Ведение 2 шага, передача мяча под 35о на ускорение, прорыв; бросок по кольцу.  4. Ведение:  – передача в прыжке в одно касание;  – ловля в прыжке – 2 шага бросок по кольцу.  5. Перестроение в 2 отделения:  первый игрок выполняет передачу мяча из-под кольца, второй и третий игроки открываются, второй отдает третьему пас, третий игрок выполняет бросок по кольцу.  III. Совершенствование игровых способностей в учебной игре “Баскетбол”. | 5’  10’  10’ | Амортизировать движение рук и ног при ловле.  Ловить мяч в прыжке вытянув руки.  Выполнить передачу мяча в шаге, после ведения.  Ловить мяч, двигаясь на встречу; мяч встречать как можно дальше от себя.  Ловить мяч в прыжке над головой, за голову руки не заводить.  Выполнять действия защитника.  Быть внимательнее.  Не допускать пробежек.  При броске выше траектории, подбор осуществлять ближе к щиту в прыжке.  Завершая движение толкнуться вверх, несколько назад,  второй шаг выполнять в безопорном положении.  Передачу выполнить по высокой траектории.  Ловить мяч в прыжке.  Выполнить прицеливание перед броском.  Бросающий идет на подбор, переходит на передачу, пасующий на бросок. |
| **Заключительная часть 5 мин** | 1. Построение.  2. Подведение итогов урока, краткий анализ его частей**,** дать домашнее задание. | 30”  4’30” | В шеренгу по одному.  Отметить внимательных и активных, указать на общие ошибки, доступные упражнения. |