

ГОУ ЯО «Рыбинская школа-интернат №1»

Конспект открытого урока по физической культуре
для 8 класса
«Спортивные игры»

Учитель
физической культуры
Н.В.Михеева
высшая квалификационная
категория

2016

Тема: Спортивные игры. Баскетбол.

Тип урока: изучение нового материала

Раздел программы: спортивные игры.

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь: баскетбольные мячи, конусы.

Продолжительность урока: 40 мин.

Метод проведения: групповой, индивидуальный.

Методы обучения: словесный, наглядный, фронтальный, игровой, соревновательный.

Цель урока: Обучение двигательным действиям через спортивную игру баскетбол.

Задачи:

1. Образовательная:

закреплять ведение и передачу мяча в движении, обучать игре с быстрым прорывом.

2. Развивающая:

развивать физические качества: ловкость, быстроту реакции и точность движений при работе с баскетбольным мячом.

3. Воспитательная:

способствовать формированию морально-волевых качеств учащихся, воспитывать чувства коллективизма, умение работать в команде.

4. Коррекционная:

развивать скоростные и координационные способности.

Часть урока	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ			
I часть	1. Построение. Сообщение цели, задач урока, измерение пульса. 2. Разминка: -ходьба	2 мин.	Обратить внимание на внешний вид, спортивную форму учащихся

	<p>-руки вверх на носках, пятках, на внешней, внутренней стороне стопы, в полуприсяде, присяде</p> <p>-бег по кругу</p> <p>-бег в стойке баскетболиста</p> <p>-бег приставными шагами</p> <p>-бег спиной вперед</p> <p>-бег с прыжком</p> <p>-переход на ходьбу с восстановлением дыхания</p> <p>-перестроение в колонну по два</p> <p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>1. И.П.-основная стойка, руки на пояс, вращение головы 1-2 в правую сторону, 3-4 в левую сторону.</p> <p>2.И.П. –основная стойка руки перед грудью 1-2 Рывки руками перед грудью 3-4 поворот туловища рывки и отведение рук в сторону</p> <p>3. И.П.- основная стойка, правая рука вверх, левая в низу 1-2 Рывки руками 3-4 Рывки руками со сменой положения рук</p> <p>4. И.П. – основная стойка руки на пояс 1-2 Наклон туловища вправо 3-4 Наклон туловища влево</p> <p>5. И.П.-основная стойка ноги врозь, руки в стороны</p>	<p>10 мин.</p>	<p>Руки верх, за голову, на пояс</p> <p>Во время бега разминаем кисти рук</p> <p>Спина прямая</p> <p>Ноги полусогнуты</p> <p>Смотрим вперед</p> <p>Пытаться коснуться баскетбольной сетки Смотрим через левое плечо</p> <p>Движения выполнять медленно</p> <p>Поочередно повороты вправо, влево</p> <p>Руки прямые не сгибать</p> <p>Ноги не сгибать</p>
--	--	--------------------	--

	<p>-объяснение тактики игры</p> <p>-защитник начинает атаку длинной передачей партнеру в среднюю зону</p> <p>-партнер получает мяч и делает ускорение с броском по кольцу</p> <p>4. Переход в атаку за счет быстрых передач</p> <p>5. Двусторонняя игра с отработкой приемов игры в баскетбол</p>	<p>5 мин.</p> <p>5 мин.</p>	<p>После броска защитникам перемещается в среднюю зону</p> <p>Использовать тактику игры с быстрым прорывом</p> <p>3-4 передачи</p> <p>Уделить внимание элементам игры с быстрым прорывом</p>
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ			
III часть	<p>-легкий восстановительный бег</p> <p>-измерение пульса</p> <p>-подведение итогов, домашнее задание.</p> <p>Выставление оценок.</p> <p>Выход из зала.</p>	<p>3 мин.</p>	