

Филиал муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Поспелихинская средняя общеобразовательная
школа №1» Клепечихинская средняя
общеобразовательная школа

ТЕМА: «Спортивная игра баскетбол.
Ловля мяча, отскочившего от щита».

Из опыта работы
Кузуб Н. В.

2020 год.

ТЕМА: “Спортивная игра баскетбол. Ловля мяча, отскочившего от щита”.

ЦЕЛИ УРОКА:

- Совершенствовать элементы баскетбола: ведение, передачи, броска.
- Разучивание: ловля мяча, отскочившего от щита.
- Закрепить элементы спортивной игры баскетбол в учебной игре.
- Развитие физических качеств.
- Контроль физической нагрузки.
- Воспитывать чувство коллективизма.

ИНВЕНТАРЬ: баскетбольные мячи, табло, секундомер, магнитофон, скамейки.

I. Подготовительная часть урока.

1. Построение. Тема. Цель. Инструктаж по технике безопасности при занятиях спортивными играми.

Учитель выдает каждой девушке мяч.

Жонглирование мячом:

- вращение мяча кистями;
- перебрасывание мяча с одной руки на другую перед грудью;
- переброс мяча над головой;
- мяч двумя руками держать на уровне головы, опустить его, сделать хлопок в ладони и поймать его;
- вращение мяча вокруг туловища в одну, в другую сторону;
- восьмерка вокруг коленного сустава;
- передача мяча из-за спины над головой ловля впереди.

Ведение мяча на месте левой, правой рукой, попеременно, вокруг себя (на месте).

ИГРА: «Салки» (Ведущий без мяча должен забрать мяч у игроков, игроки выполняют ведение мяча по залу, у кого заберет тот, становится ведущим).

Ведение двух мячей одновременно.

Подвижная игра «Вызов номеров». Учитель каждой девушке называет номер. По команде учителя девушки должны сделать ускорение до лицевой линии и обратно.

Учитель задает вопрос. Как правильно передать и принять мяч, способы передачи мяча.

Передача мяча в парах на месте с двумя мячами одновременно, с продвижением вперед. Передача мяча в тройках. Ведение мяча с броском в кольцо из-под щита (в прыжке).

ЭСТАФЕТА: «Кто быстрее» (каждая команда должна набрать 20 очков)

II. Основная часть.

Учитель начинает объяснение новой темы урока: «Ловля мяча отскочившего от щита».

Существует правило «Кто выигрывает щит, - тот выигрывает игру»

При каждом броске нападающий должен (обязан) выходить к кольцу для добивания. Еще во время полета мяча он должен определить возможность зону отскока. При неудачном броске справа мяч отскакивает в левую сторону и наоборот. Добивать мяч нужно кончиками пальцев вытянутой вверх руки в максимально высоком прыжке.

Учащиеся высказывают правила по т/б при занятиях спортивной игры. Под музыку девушки выполняют жонглирование мячом.

Девушки должны ответить на вопрос. Как правильно вести мяч, далее работают с мячом. Девушки должны ответить на заданный вопрос учителя, работают самостоятельно в парах.

Девушки выслушивают объяснение учителя.

Баскетбол - коллективная игра, каждый вовлечен в постоянные действия на площадке, независимо от того какая команда владеет мячом и в какой части площадки мяч находится. Когда команда владеет мячом – все, быстро игроков атакуют, а когда противодействует владению мячом – она защищается.

Учитель предлагает следующие задания. Работа на 2 щита (работа в парах). Бросок мяча в щит – выполняет один участник, а второй участник должен подобрать мяч и произвести добивание мяча.

Стол лицом к стене (в 3-4 м от стены) в парах (первый без мяча, второй с мячом) он должен выполнить бросок мяча в стену, а первый участник должен поймать мяч.

Учебная игра баскетбол. 2 команды.

Построение:

Подведение итогов урока.

Проверить жестикуляцию.

Построение в круг, должны положить руки на плечи друг другу и закрыть глаза.

Учитель предлагает почувствовать ладонью руки тепло, исходящее из плеча товарища, находящегося слева, пропустив это живое тепло через себя, передать его через правую ладонь соседу справа. В заключении учитель дает установку мысленно пожелать друг другу добра и успехов в физическом и духовном совершенстве. От себя лично я выражаю вам благодарность за 40 минут, что мы с вами провели вместе. Успехов вам в учебе, добра.

Девушки должны ответить. Что такое личная защита и зонная защита. Девушки выполняют задание.

Девушки самостоятельно ведут судейство: секретарь, судья на площадке, оператор, табло.

Девушки должны выполнить жест, который называет учитель.

III. Заключительная часть.

Самоанализ урока.

Данный урок был из раздела спортивные игры – баскетбол, это был четвертый урок. На уроке реализовались принципы личностно – ориентированного и дифференцированного обучения. Он предназначен для получения новых умений и закрепления, ранее изученных – урок был комбинированный. Он тесно связан с предыдущими занятиями.

Так же в уроке предлагалось развивать у учащихся основные физические качества. Главной целью моих уроков является – укрепление здоровья ученика. Поэтому во время урока соблюдались все требования по технике безопасности выполнения упражнений.

Следили за своим самочувствием (по ЧСС), трое учащихся построили физиологическую кривую, где проследили за нагрузкой, которую выполняли в течение урока. При объяснении нового материала использовала метод слова, обращая внимание на основные двигательные моменты.

Использовала различные методы работы – поточный, парный, групповой, командный, соревновательный.

На уроке формировала навыки судейства, при этом использовала актив класса.

Урок прошел динамично, эмоционально. Учащиеся работали активно.