

Конспект урока по физической культуре для учащихся 6-х классов

Тема урока: Спортивные игры (баскетбол)

Задачи урока:

1. Совершенствовать технику дриблинга в движении и на месте
2. Развивать скоростные качества, ловкость, быстроту реакции на сигнал
3. Воспитывать интерес к занятиям Ф.К., активность.

Дата проведения: 6 апреля 2014 года.

Время проведения: 10.55-11.35

Место проведения: спортивный зал ГБОУ СОШ № 427 Кронштадтского района г.Санкт-Петербурга

Инвентарь: баскетбольные мячи, баскетбольные корзины, резиновые кольца

Составила: учитель физической культуры Левина Мария Александровна

Частные задачи	Содержание урока	Дозировка -	Организационно – методические указания
Подготовительная часть (14 мин)			
<p>Организовать класс</p> <p>Сообщение задач урока</p> <p>Формировать правильную осанку, подготовить связочный аппарат к предстоящей работе.</p>	<p>Построение в шеренгу.</p> <p>Приветствие.</p> <p>Выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!».</p> <p>Повороты направо, налево.</p> <p>Комплекс ОРУ в ходьбе и беге:</p> <p>1. Х. с различным положением рук (вперёд, вверх, в стороны, вниз)</p> <p>2. Х. с круговыми вращениями рук вперёд и назад (И.П. руки к плечам)</p> <p>3. Бег с изменением темпа</p> <p>4. Бег с остановкой и выполнением приседаний</p> <p>5. Ходьба перекатом с</p>	<p>1</p> <p>12</p> <p>мин</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>1</p>	<p>Добиваться правильного выполнения команд в строю.</p> <p>Руки не сгибать в локтевых суставах</p> <p>Выполнять с хорошей амплитудой</p> <p>Следить за постановкой стоп при беге</p>

<p>Совершенствовать умение выполнять разнонаправленные перемещения в колонне и шеренге</p>	<p>пятки на носок</p> <p>6. Бег приставным шагом, правым и левым боком.</p> <p>7. Бег спиной вперед</p> <p>Перестроение в движении из колонны по одному в колонну по два дроблением и сведением, с перестроением в шеренги лицом к друг другу.</p>	<p>1</p>	<p>После расчёта на 1-2, первые номера получают мячи</p>
<p>Основная часть (28 мин)</p>			
<p>Упражнять в работе с баскетбольным мячом в парах</p> <p>Перестроить класс для выполнения упр-й в</p>	<p>1. Дриблинг на месте с передачей мяча от плеча</p> <p>2. Дриблинг в движении правой и левой рукой попеременно с обводкой препятствия; в центре поворот на 180 гр. передача мяча от плеча</p>	<p>3</p> <p>4</p> <p>1</p>	<p>Следить за правильной постановкой ног</p> <p>Обратить внимание на технику передвижения с мячом</p> <p>Акцентировать</p>

<p>движении в шеренгах.</p> <p>Соразмерять действия с мячом в бросках и ловле</p>	<p>Смыкание в шеренгах</p>		<p>внимание на порядке построения</p>
	<p>3. Передача мяча в движении от груди (приставными шагами)</p>	3	<p>Выполнять поточным способом</p>
<p>Перестроить класс для проведения эстафеты</p>	<p>4. То же, но с ударом о пол</p>	4	
<p>Создать стимул для быстрого старта</p>	<p>Перестроение в 2 колонны по одному разведением, сбор мячей (оставить по 1 мячу на команду)</p>	1	
<p>Совершенствовать зрительно-моторную координацию</p>	<p>4. То же, но с ударом о пол</p>	5	
<p>Организовать класс</p>	<p>Перестроение в 2 колонны по одному разведением, сбор мячей (оставить по 1 мячу на команду)</p> <p>1. Дриблинг в беге змейкой между кольцами, на лицевой линии 2 поворота на шаге, обратно бег по прямой передача мяча.</p> <p>2. «Чья команда быстрее»</p> <p>Дриблинг в беге по прямой до лицевой линии ударить мяч о стену, поймать; бег обратно по прямой</p>	6	<p>Отметить лучших в команде среди девочек и среди мальчиков</p>
		1	<p>Акцентировать внимание на порядке построения</p>

	передачей мяча			
	Перестроение в колонну по одному, сбор инвентаря			
Заключительная часть 3 мин				
Снять напряжение, привести функции организма к нормальному состоянию	Ходьба направляющим сочетанием упражнениями дыхание	за в с на	1	Обратить внимание на выполнение дыхательных упражнений
Организовать детей	Построение в шеренгу		1	
Подвести итоги урока	Проверка пульса Результаты эстафеты			Отметить лучших