

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2"
Г. ДОНСКОЙ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

УРОК ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ТЕМА:

**СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ -
БАСКЕТБОЛ "ОЛИМПИЙСКИЙ
РЕЗЕРВ"**

КЛАСС: 5 "Б"

УЧИТЕЛЬ: БЕЛОУСОВ ЮРИЙ ВИКТОРОВИЧ

Г. ДОНСКОЙ

План-конспект
открытого урока по физической культуре
с учащимися «5 Б» класса

Учитель физкультуры Белоусов Ю.В.
МБОУ «СОШ №2» г. Донской. Дата 4 апреля 2012 г.

Тема урока: Спортивные игры-баскетбол
«Олимпийский резерв»

Задачи урока: Обучение. Развитие навыков и умений элементов б/б (ведение мяча, перемещение с мячом, ловля, передача мяча) в играх-эстафетах.
Развитие двигательных качеств. Воспитание дружбы, товарищества на уроке.

Время 45 минут.

Оборудование: баскетбольные мячи 10-15 шт., гимнастические скамейки 10 шт., надувные шары 6 шт., кегли 10 шт. или стойки.

Место проведения: спортивный зал.

Части урока	Содержание урока	Дозировка	Методические указания
П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я	Построение юных баскетболистов по командам. Сообщение темы и задач урока. А сейчас, ребята, прежде чем посетить страну Баскетболию мы должны провести разминку. • Разминка пальцев, рук • Разминка кисти рук • Вращение мяча вокруг пояса (влево-вправо) • Броски мяча из одной руки в другую (перед собой, над собой, внизу, перед собой) за спиной • «Восьмерка» на полу руками на весу из руки в руку	6-8 р. каждое упражнение	По залу располагаются произвольно в шахматном порядке Подготовка организма к работе с мячом, нагрузка на ноги, руки, плечи. Следить за стойкой и расположением ног, за работой рук с мячом

Ч А С Т Ь 10'	• Быстрое ведение мяча (на месте) в полуприседе • Ведение мяча на месте с упором на одно колено • Вращение мяча вокруг согнутой в колене ноги • Ведение мяча сидя на полу с переводом мяча с правой руки в левую • Ведение мяча с упором на одну руку (вправо, влево) • Бросок мяча левой рукой-поймать правой • Бросок мяча вверх-поворот на 360 град., бросок- 2-3 хлопка перед собой и за спиной • Мяч перед собой-отпустить его, 1-2 хлопка-поймать • Бросок мяча, из-за спины двумя руками, вверх через голову-поймать мяч • Подбрасывания и ловля мяча в прыжках вверх перед собой • Подбросить мяч-сесть на пол, быстро встать-поймать мяч • «Салочки» с ведением в двух «группах» мальчики-девочки ➤ А сейчас, после такой разминки мы с вами быстро бежим в страну Баскетболию,	4-5 р. 6-8 р. 5-6 р. 2-3'	В каждом упражнении применять игры С карточками 1 2 3 светофор красная желтая зеленая Обратить особое внимание на бесконтрольное поведение Нацелить команды на внимательные и четкие выполнения команд.
---	--	---	--

