Отдел образования Свислочского райисполкома

Государственное учреждение образования

«Дворчанская базовая школа»

**Разработка урока по предмету**

**«Физическая культура и здоровье»**

**в 6 классе**

Учитель физической культуры и

здоровья Качко А.П.,

высшая квалификационная

категория

2023

**Класс: 6**

**Раздел программы**: спортивные игры.

**Тема**: Баскетбол. Ведение мяча с изменением направления и скорости.

**Цель урока**: формирование физической культуры личности и оздоровление учащихся средствами баскетбола.

**Тип урока**: обучающий (ознакомления с новым учебным материалом).

**Организация деятельности учащихся на уроке**: поточный способ выполнения физических упражнений, групповой и индивидуальный методы организации деятельности учащихся.

**Задачи урока**:

1. Учить технике ведения мяча с изменением направления и скорости.

2. Формировать правильную осанку, добиваться свободного ненапряженного положения туловища во время ходьбы и бега. Развивать функциональные возможности: координацию, внимание, скоростно – силовые качества, быстроту, ловкость при выполнении ведения мяча.

3. Воспитывать сознательное отношение к занятиям физическими упражнениями, самостоятельность, активность, чувство коллективизма.

**Место проведения**: спортивный зал.

**Инвентарь**: мячи баскетбольные, стойки для обводки, компьютер для демонстрации видеофрагмента.

Содержание урока

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Частные задачи | Содержание урока | Дозировка | Организационно – методические указания |
| I | Подготовительная часть 8 мин. | | | |
|  | 1. Начальная организация занимающихся и их психологический настрой на урок: формировать осмысленное отношение к учебной деятельности.  2. Активизация внимания.  3.Обеспечение общей функциональной готовности организма к активной мышечной деятельности. | 1.Построение, приветствие, сообщение темы и задач урока.  ТБ при игре в баскетбол.  2.Команды: «Становись!»  «Равняйсь!»  «Смирно!»  «По порядку расчитайсь!»  «Вольно!»  «Напра-во!»  «В обход на лево шагом марш!»  Упражнения в ходьбе с мячом в руках:  - Обычная, мяч в правой руке.  -На носках, мяч вверху.  -На пятках, мяч за голову.  -Перекатывание мяча из кисти правой руки в кисть левой руки и наоборот.  -Жонглирование мячом вокруг головы в правую, левую стороны.  -Жонглирование мячом вокруг туловища в правую, левую стороны.  -Жонглирование мячом вокруг ног в левую и правую стороны (восьмёрка).  -Подбрасывание и ловля мяча с правой руки в левую и наоборот.  Бег равномерный с мячом в руках.  -Обычный, мяч в правой руке.  -Приставными шагами: левым, правым боком.  -Бег спиной вперёд, мяч в правой руке.  -Обычный, мяч в правой руке (переход на ходьбу). | 1 мин.  1 мин.  4 мин.  2 мин. | Проверить готовность учащихся к уроку (наличие спортивной формы).  Дежурный командует построение, сдаёт рапорт учителю.  Обратить внимание на правильность выполнения команд.  ЧСС -1.  Команда: «Взять мячи!»  Идти с носка.  Подняться выше на носки, спина прямая.  Следить за правильной осанкой.  Следить за правильным выполнением.  Следить за правильным выполнением.  Следить за правильным выполнением.  Выполняется в медленном темпе.  Следить за правильным выполнением.  Темп средний, соблюдать дистанцию 2 шага.  Обратить внимание при беге на постановку стоп ног.  Темп медленный. |
| II. | Основная часть 33 мин. | | | |
|  | 1. Повторить ведение мяча правой и левой рукой.  2. Обучить технике ведения мяча с изменением направления и скорости.  3. Посредством эстафеты развивать быстроту действий, ловкость, внимание. | 1. Ведение мяча по прямой шагом и медленно бегом левой и правой рукой.  1. Обводка стоек левой, правой рукой.  2. Обводка стоек попеременно.  3. Ведение мяча с изменением направления и скорости движения.  «Броуновское движение» (БД).  Эстафета с баскетбольными мячами.  1.Ведение мяча с обводкой двух стоек: одну справа, вторую слева, ведение до лицевой линии передача двумя руками от груди в стену, обратно ведение мяча.  2. Ведение мяча, передвигаясь спиной до стойки, назад ведение, остановка за 2,5 м от партнёра по колонне – передача мяча двумя руками передача мяча от груди.  3. Обводка стоек правой рукой, назад левой рукой.  4. Обводка стоек попеременно, правой и левой туда и обратно. | 5 мин.  15 мин.  5 мин.  8 мин. | Учитель показывает ведение мяча шагом и медленно бегом.  Указание. Мяч направляется толчком вниз – вперёд. Сила удара (толчка) постоянная, при медленном движении мяч ударяется о площадку несколько сбоку от ноги. Мяч контролируется периферическим зрением.  Команда: «Взять мяч. Ведение правой рукой шагом – начали».  Колонна движется по периметру волейбольной площадки. Учитель в центре зала следит за выполнением упражнения.  Команда: «Стой!»  Учитель исправляет характерные ошибки. Ведение мяча левой рукой в противоположную сторону.  Команда: «Начали!». Остановка.  Ведение мяча чередуя правой, левой рукой. Не допускать ведение двумя руками одновременно.  Обратить внимание учеников на правильное ведение мяча: высоту отскока.  Демонстрация видеофрагмента по  технике ведения мяча с изменением направления и скорости.  Обсуждение видеофрагмента и демонстрация на практике.  Занимающиеся выстраиваются в колонны параллельно друг другу. На расстоянии 5 – 6 м перед каждой колонной находится препятствие. Направляющие с мячом начинают продвигаться вперёд с высоким ведением. Приблизившись к препятствию, обводят его с низким ведением мяча и возвращаются назад. То же, только впереди каждой колонны устанавливается несколько препятствий. Занимающиеся поочередно выполняют ведение с обводкой препятствий. То же, но при обводке препятствия мяч переводят на дальнюю руку. То же, но ученики выполняют «скоростное» ведение по прямой правой рукой, а обратно левой рукой.  На площадке в разном направлении учитель ставит стойки. Занимающиеся по сигналу начинают обводить каждую стойку с изменением направления и скорости. Обратить внимание учеников на правильное ведение мяча: высоту отскока при ведении по прямой, при обводе стоек.  Учитель: «Ведём мяч правой рукой, шагом перемещаясь в любую сторону. Задача: не столкнуться и не потерять мяч. Играем в «броуновское» движение (беспорядочное).  Команда: «Взять мячи. Разойтись по залу! Начали!»  После первых столкновений и потери мяча учитель задаёт детям вопрос: «Почему это происходит?»  Ошибки: а) опущена голова; б) прямые ноги; в) плохая техника ведения мяча.  Правой рукой вести мяч. Один свисток – левой, два свистка – поочерёдно. Только шагом!  Команда: «Начали!»  Условия прежние, но дети перемещаются медленно бегом. Учитель следит за техникой безопасности, делает замечания. ЧСС – 2  Учитель производит перестроение и объясняет условия эстафеты.  Задание выполнять быстро, точно, технически правильно вести и передавать мяч выполнять остановку и поворот.  Учитель оценивает лучшую команду по технике выполнения всех действий и объявляет победителя.  Команда: «Закончить занятие положить мячи на место, построиться». |
| III. | Заключительная часть 4 мин. | | | |
|  | 1. Содействовать восстановлению организма занимающихся.  2. Подведение итогов урока. | Упражнение на внимание и осанку.    Выполнение задач урока.  Домашнее задание. | 2 мин.  2 мин. | Проводя упражнения, учитель напоминает о последствиях сутулости, искривления позвоночника. ЧСС – 3  Выставление и комментирование отметок.  Отметить лучших учащихся.  Упор лёжа на ладонях – сгибание и разгибание рук.  Выход из зала. |