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. |