**Конспект открытого урока по баскетболу для учащихся 6-х классов на тему: "Развитие координации на уроках баскетбола"**

Цель урока:

Развитие координации на уроках баскетбола.

Задачи урока:

Образовательная:

* Совершенствовать технику ведения мяча в движении.
* Закрепить передачу мяча одной рукой от плеча и двумя руками от груди на месте в сочетании с совершенствованием поворотов.
* Оздоровительная:
* Укрепление мышц спины и стопы.
* Укрепление опорно-двигательного аппарата, вестибулярного аппарата, сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы и ЦНС.

Развивающая:

* Развитие координационных, скоростных, силовых, скоростно-силовых способностей, выносливости.

Воспитательная:

**\***Воспитание целеустремленности, ,взаимовыручки, поддержки, дисциплинированности, а так же умение самостоятельно принимать игровые решения.

**\***Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям баскетболом«чувство мяча» во время упражнений с баскетбольным мячом.

Место и время проведения урока: спортивный зал, 40 минут

Инвентарь и оборудование: баскетбольные мячи по количеству учащихся, гимнастические скамейки (4 шт.), обручи (5шт.), гимнастические палки по количеству учащихся, свисток, мел, секундомер.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание учебного материала | Дозировка  | Организационно- методические указания  |  |  |  |
| Вводно-подготовительная(12 минут) | Ход урока1. Построение, приветствие, сообщение задач урока.2.  Ходьба:* обычная, с изменением положения рук по звуковому сигналу;
* на носках;
* на пятках;
* на внешних и внутренних сводах стопы.

Комплексная разминка:* Бег обычный,  спиной вперед, с высоким подниманием бедра, сгибая голень назад.
* Упражнения для укрепления мышц шеи, рук и плечевого пояса:

№1. сжимать и разжимать пальцы рук в сочетании с наклонами головы; №2. круговые движения кистью, сжатой в кулак, влево и вправо;№3. круговые движения предплечьями;№4. руки перед грудью в «замок», отведение прямых рук вперед с поворотом головы влево/вправо.* Бег обычный, чередование прыжков на одной ноге с бегом, бег с  ускорением.
* Ходьба и разбор мячей
* Упражнения для укрепления мышц ног и связок голеностопного сустава:
 | 1 мин.1 мин.2 круга5-6 раз4-6 раз4-6 раз | Наличие спортивной формы, обуви.1свисток – руки вверх, 2 - руки за голову и 3 – руки в стороны.Следить за осанкой.Использовать различные и.п. рук по звуковому сигналу.Передвижение по спортивному залу: по кругу, Упражнение выполнять с силой.Круговые движения выполнять с максимальной амплитудой движения. |  |  |
| Основная часть(25 минут) | 1. Упражнения для закрепления техники ведения мяча:
* ведение мяча левой и правой на месте;
* ведение мяча в ходьбе, в полном приседе;
* ведение мяча медленным бегом;
* с изменением направления и скорости (обводя стойки);
* с изменением высоты отскока мяча (ведение мяча по скамейке, передвижение по скамейке с отскоком мяча о пол);

Перестроение в две колонны, упражнения на восстановление дыхания1. Упражнения для закрепления техники передачи мяча одной рукой от плеча:
2. передача мяча от плеча поочередно правой и левой на месте;
* выполнение передачи мяча одной рукой в сочетании с различными поворотами на месте
 |  | - толкай мяч, но не ударяй;- мяч придерживай расставленными пальцами сверху-сзади;- веди мяч немного перед собой, сбоку;- держи голову поднятой и не наклоняй сильно туловище, веди мяч без зрительного контроля; - контролируй мяч пальцами; - увеличь высоту отскока мяча для ускорения ведения.- разноименная нога вперед; - при повороте сохранять согнутое положение ног, вращаться на носке опорной ноги, не отрывая от пола  |  |  |
|  | Эстафеты для координации движения:1. Передача мяча на ходу. Игроки двух команд распределяются по парам и встают в 3—4 шагах друг от друга. У каждой впереди стоящей пары по баскетбольному или волейбольному мячу . По сигналу игроки с мячами начинают бег. При этом один игрок перебрасывает мяч другому и затем ловит мяч от него. Мячи все время находятся в воздухе, а игроки продвигаются до определенной линии (в 10— 15 м) и возвращаются обратно. Каждый участник передает мяч одному из игроков следующей пары и встает в конец команды. Игра заканчивается, когда все игроки выполнят задание.2. «Двумя руками». Соревнуются две-три команды, которые выстраиваются в колонны перед стартовой линией. В руках у каждого впереди стоящего игрока волейбольный или баскетбольный мяч. По сигналу он ведет его ударами о землю поочередно правой и левой рукой. Обведя стойку, игрок возвращается обратно и передает мяч следующему игроку.3 «Игольное ушко»Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 или 3 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующими обручами также. И так на обратном пути.4. «Волна» первый участник, получив баскетбольный  мяч, по сигналу учителя передает его через голову, второй под ногами, и так до последнего участника, последний участник, получив мяч обегает фишку и встает впереди команды, и так до первого участника, он получив мяч обегает фишку, возвращается к своей команде встает впереди команды, поднимает мяч вверх сигнализируя о том что команда с заданием справилась.http://fs00.infourok.ru/images/doc/43/54340/hello_html_m2ad2ad2c.pngПовторение правил и жестов судейства игры баскетбол:* **неправильное ведение;**
* **умышленная игра ногой;**
* **задержка мяча;**
* **нарушение при перемещении;**
* **перерыв в игре;**
* **два очка;**
* **персональный фол;**
* **задержка;**
* **толчок или столкновение без мяча;**
* **неправильная игра руками;**
* **широко расставленные локти**
 | Запрещается бегать с мячом в руках. Бросив мяч партнеру, надо тут же на ходу поймать мяч от него. Если мяч упал на землю, оба партнера останавливаются и возобновляют продвижение лишь после того, как мяч будет поднят и введен в игру. |  |
| Заключительная часть (3 минуты) | 1Построение в одну шеренгу2.Подведение итогов урока3.Оценивание работы учащихся4. Организованный уход с урока |   |  |  |  |  |

**ВИД НАРУШЕНИЙ**

**14. Пробежка**



Вращение кулаками

**15. Неправильное ведение: двойное ведение**

Движение вверх-вниз

**16. Неправильное ведение: пронос мяча**

Полувращение вперед

**22. Умышленная игра ногой**

**24. Ситуация спорного мяча/спорного броска**

**40. Задержка**



перехват запястья

**43. Фол команды, контролирующей мяч**



 сжатый кулак указывает на кольцо нарушившей команды

**23. Мяч за пределами площадки и/или направление вбрасывания**

