**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 урока  1. 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 круга  5-6 раз  4-6 раз  4-6 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 дыхания   1. 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.png  Повторение 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 шеренгу  2.Подведение итогов урока  3.Оценивание работы учащихся  4. Организованный уход с урока |  |  |  |  |  |

**ВИД НАРУШЕНИЙ**

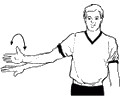
**14. Пробежка**



Вращение кулаками

**15. Неправильное ведение: двойное ведение**

Движение вверх-вниз

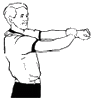
**16. Неправильное ведение: пронос мяча**

Полувращение вперед

**http://www.dvorsportinfo.ru/images/stories/22.gif22. Умышленная игра ногой**

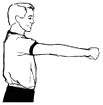
**24. Ситуация спорного мяча/спорного броска**

**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**

