ПЛАН - КОНСПЕКТ

Технологическая карта урока.

по разделу программы «спортивные игры (баскетбол)»

для обучающихся 4 класса

Тема урока: Баскетбол. Ведение мяча на месте в средней стойке, передача мяча двумя руками от груди.

Основные задачи:

- Совершенствовать навыки выполнения перемещений и ведения мяча на месте и в движении.
- Способствовать развитию быстроты реакции и ловкости учащихся.
- Способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, трудолюбия, чувства коллективизма.
- Содействовать усвоению знаний учащимися о технике выполнения ведения мяча на месте и в движении.

Планируемые результаты обучения, достигаемые в ходе изучения темы:

Личностные результаты:

- формирование положительного отношения к занятиям двигательной деятельностью для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей,
- достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
- Формировать самостоятельность, установку на здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- формирование умения организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и другими обучающимися,
- умение работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов,
- формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

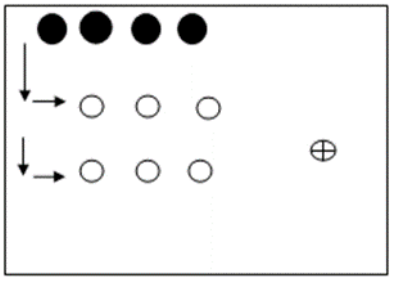
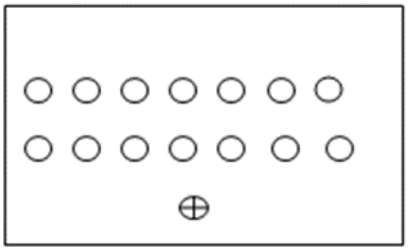
Предметные результаты:

- Обучать техники передачи баскетбольного мяча.
- Совершенствовать технику ведения баскетбольного мяча правой и левой рукой на месте и в движении.
- Формировать устойчивый интерес к профилактике нарушений осанки.
- Укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

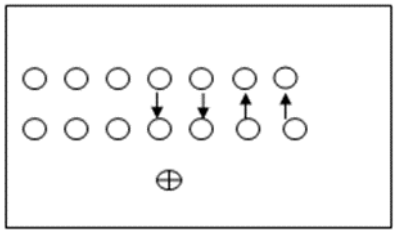
Необходимое оборудование и инвентарь: баскетбольные мяч – по кол-ву учащихся, фишки-10 шт., карточки для рефлексии – 3 шт., «Баскетболик» - по кол-ву учащихся.

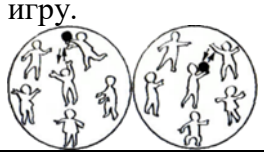
Учитель: Никитина Т.А.

Частные задачи	Содержание	Дозировка	ОМУ
Подготовительная часть (до 10 минут)			
Обеспечить своевременное и организованное начало урока. Создать целевую установку на достижение учащимися поставленных задач.	1. Организованный вход в зал в колонне по - одному с последующим построением учащихся в одну шеренгу, обмен приветствиями 2. Сообщение задач урока учащимся с разъяснением правил техники безопасности при выполнении упражнений.	3 мин.	Построение в одну шеренгу на левой боковой стороне спортивного зала. Требовать четкости выполнения команд: плечи развернуты, грудь приподнята, руки опущены, пятки сомкнуты, носки развернуты на ширине ступни и на одной прямой линии. Задачи огласить в порядке их написания в конспекте. Выделить значимость образовательной задачи для успешного решения оздоровительных и воспитательных задач.
Организовать учащихся к выполнению упражнений.	3. Перестроение в колонну по одному	15-20 сек.	Выполнять перестроение и передвижение по команде: «Класс, направо, в обход налево шагом - марш!»
	4. Разбор инвентаря	30 сек.	Двигаясь в колонне по–одному, разбирают баскетбольные мячи из корзины.
Содействовать общему «разогреванию» и постепенному введению организма в активную двигательную деятельность	5. ОРУ в движении с баскетбольным мячом: Упр. 1. Ходьба на носках мяч вверх; Упр.2. Ходьба на пятках, мяч за головой; Упр.3.Ходьба на внутренней части стопы, мяч на грудь; Упр.4. Ходьба с одноименными поворотами в сторону на каждый шаг, мяч вперед; Упр.5 Ходьба с вращением мяча вокруг головы, вокруг туловища (восьмерка) Упр.6.Ходьба с подкидыванием баскетбольного мяча, выполняя два хлопка в	1 мин. 0,5 круга 0,5 круга 0,5 круга 0,5 круга 0,5 круга 0,5 круга	Акцентировать внимание учащихся на необходимость сохранения дистанции. Во время выполнения упражнений обращать внимание на осанку. Сохраняем дистанцию два шага. Смотреть вперед; Подбородок приподнять Спина прямая; Руки согнуты в локтях; Поворот точно в сторону; Руки в локтях не сгибать; Сохраняем дистанцию в два шага; Сохраняем дистанцию, на мяч не смотреть, передавать из рук в руки; Сохраняем дистанцию два шага, ловим мяч перед собой, подкидываем на уровне головы.

	ладоши (перед собой и за спиной)		
Активизировать работу дыхательной и сердечно-сосудистой системы организма	6. Бег 1) обычный бег; 2) приставными шагами правым боком; 3) приставными шагами левым боком; 4) «змейкой»	1 круг 0,5 круга 0,5 круга 1 круг	Сохраняем дистанцию два шага; Углы не срезать; Спина прямая; Смотреть вперед; Сохраняем дистанцию Спина прямая; Смотреть вперед; Сохраняем дистанцию По команде учителя: «Противоходом - Марш!» «Змейкой – Марш!»
Восстановить ЧСС и дыхание учащихся	7. Упражнения на восстановление дыхания при передвижении в ходьбе.	1 круг	Поднимая мяч вверх – вдох, опуская вниз – выдох.
Организовать учащихся для выполнения ОРУ с баскетбольными мячами	8. Перестроение в колонну по два в движении	30 сек.	По команде учителя «Налево, в колонну по два – Марш!» Команда подается под шаг левой ноги. 
	9. Перестроение из колонны по два в две шеренги на месте.	10 сек.	По команде учителя: «Класс, напра - во!» 
Содействовать увеличению эластичности мышечной ткани и подвижности в суставах	10. ОРУ на месте с баскетбольным мячом: 1) И.п. – О.С. , мяч внизу 1- правую назад на носок, мяч вверх; 2- И.П. 3-4- тоже с другой ноги 2) И.п. – О.С. ,мяч внизу;	6 раз 6 раз	Движение мяча сопровождать взглядом; прогибаемся в пояснице; Руки в локтях не сгибать Спина прямая; Шаг точно в сторону; Смотреть вперед

	1 – мяч на грудь, шаг вправо; 2 – И.П. ; 3 – мяч на грудь, шаг влево; 4 – И.П.	6 раз	Поворот точно в сторону; Спина прямая; Руки в локтях не сгибать
	3) И.п. – стойка ноги врозь, мяч внизу. 1-мяч вперед,с поворотом туловища в сторону мяч вправо; 2- И.П. 3- мяч вперед, с поворотом туловища в сторону, мяч влево; 4- И.П.	6 раз	Ноги в коленях не сгибать; Постепенно увеличиваем амплитуду; Наклон как можно ниже
	4) И.п. – стойка ноги врозь, мяч вперед; 1- наклон к правой; 2- наклон вперед; 3- наклон к левой; 4- И.П.	6 раз	Аккуратно кладем мяч; Наклон как можно ниже; Постепенно увеличиваем амплитуду
	5) И.п. - стойка, ноги на ширине плеч, мяч внизу; 1 –наклон вперед, положить мяч 2 –И.П. 3- наклон вперед, взять мяч 4- И.П.	6 раз	Спина прямая; Смотреть вперед; Подбородок приподнять
	6) И.п.- стойка ноги вместе, мяч внизу. 1-4- 4 вращения мяча вокруг туловища вправо 5-8 – 4 вращения влево	6 раз	Спина прямая; Носки натянуть. Отталкиваемся как можно выше
	7) И.п.- О.С., мяч на грудь 1- прыжок в стойку ноги врозь, мяч вперед; 2- И.П. 3- прыжок ноги врозь, мяч вверх 4- И.П	6 раз	Прыжок точно вверх; Смотреть вперед Носки натянуть

	8) И.П.- О.С. , мяч внизу 1- прыжок в стойку ноги врозь, мяч на грудь 2- И.П. 3- прыжок в стойку ноги врозь, мяч вперед 4- И.П. 5- прыжок в стойку ноги врозь, мяч вверх; 6- И.П 7- прыжок в стойку ноги врозь, мяч на грудь; 8- И.П.		
Основная часть (25 минут)			
Закрепить навыки выполнения ведения мяча на месте, из разных и.п.	11. Упражнения на ведение баскетбольного мяча на месте Упр. 1. Ведение мяча правой рукой на месте в средней стойке. Упр. 2. Ведение мяча левой рукой на месте в средней стойке. Упр. 3. Ведение мяча с перевод с правой на левую руку	6 раз 6 раз 6 раз	Стойка баскетболиста; Спина прямая; Отбиваем мяч фалангами пальцев Стойка баскетболиста; Спина прямая; Отбиваем мяч фалангами пальцев Стойка баскетболиста; Сопровождаем движение мяча корпусом; Контролируем отскок мяча.
Организовать учащихся к выполнению передач на месте.	12. Перестроение для последующего выполнения упражнения.	10 сек.	По команде учителя: «Первые номера, Кру-гом!» 
	13. Упражнения на месте в парах на передачу баскетбольного мяча. Упр. 1. Имитация передачи мяча двумя руками от груди	4 раза	И.П – правая нога впереди, ноги согнуты в коленях, руки согнуты в локтях, прижаты к туловищу, выпремляя руки-мяч вперед. Затем сгибая руки,

	Упр. 2. Передача мяча двумя руками от груди в парах	6 раз	прижимаем мяч к себе, возвращаемся в И.П. Передача точно в руки своему партнеру; Сопровождаем мяч движениями руками; Пальцы чуть согнуты
Организовать учащихся для игры	14. Перестроение для последующего выполнения упражнения. Убрать мячи.	30 сек.	По команде учителя: «Кру-гом! Убрать мячи»
Совершенствовать навыки передачи мяча на месте в игровых условиях.	15 . Подвижная игра «Гонка мячей».	3 мин.	Участники делятся на 2—3 команды, которые образуют круги. В центре каждого круга находится капитан команды с мячом в руках. По сигналу капитан бросает мяч первому игроку своей команды. Тот ловит мяч и бросает его второму игроку и т. д. Получив мяч от последнего игрока команды, капитан поднимает руки с мячом вверх. Затем выбирают другого капитана, и игра продолжается. Передача мяча может выполняться определенным способом (двумя руками из-за головы, от груди, с отскоком от пола, одной рукой) или произвольно. Во время игры нельзя наступать на линию круга, за которой стоят участники. Игрок, уронивший мяч, должен взять его, встать за линию круга и продолжить игру. Выигрывает команда, которая первой правильно выполнит броски мяча. Правила: 1.Начинать игру ведущим нужно одновременно по сигналу. 2.Мяч разрешается только перебрасывать. 3.Если мяч упал, то игрок, уронивший его, поднимает и продолжает игру. 

Совершенствовать навыки передачи мяча на месте в игровых условиях.	16. Подвижная игра «Мяч в тоннеле».	2 мин.	Правила: По свистку направляющий бежит в конец своей колонны, прокатывает мяч под ногами своих партнеров. Мяч катится по туннелю, образованному ногами игроков. Впередистоящий игрок ловит мяч и бежит в конец колонны и т.д. Так повторяется, пока направляющий не вернется на свое место. Игра закончена, когда направляющий поднимает мяч вверх.
Заключительная часть (до 5 минут)			
Содействовать осмыслению учащимися результативности своей деятельности на уроке, усвоению знаний о технике ведения и передачи мяча	17. Построение.	До 1 мин.	По команде учителя «На первоначальное построение становись!» учащиеся строятся в шеренгу по боковой линии.
	18.Подведение итогов урока.	До 2 мин.	Указать степень освоения учащимися программного материала и решения поставленных задач. Выявить мнение учащихся о результативности их работы на уроке; -качество выполнения поставленных задач; -обобщение высказываний учащихся. Ответить на вопросы детей
Организация рефлексии эмоционального состояния на уроке.	19. Рефлексия деятельности «Баскетболик». На выходе детям раздаёт карточки «баскетболик» - смайлик	30 сек.	На выходе из зала, дети опускают в соответствии со своим настроением на уроке «баскетболики» У меня все отлично - на уроке трудностей не возникало, всё получилось, настроение прекрасное; У меня все нормально - хорошая работоспособность, некоторые упражнения не получились, но есть к чему стремиться; Мне не очень комфортно на уроке- мало, что получилось, особо не старался;
	20. Организованный уход из зала	30 сек.	По команде учителя, учащиеся организованно выходят из зала