**План-конспект урока по физической культуре для 7 класса**

**Дата проведения**:

**Тема**: «Баскетбол»

**Цель**: Закрепление техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди и с отскоком от пола, техники ведения мяча на месте и в движении.

**Ожидаемый результат**:

1. ***Предметный:***

Совершенствование навыков и умений в баскетболе: передача мяча, ведения мяча.

1. ***Метапредметные:***

*Познавательные/* обучающиеся научатся: применять правила; выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач.

*Коммуникативные/* обучающиеся научатся: взаимодействовать в группе, находить общие рациональные способы ведения игры. Способствовать развитию у учащихся критического мышления (способность оценить свои действия при выполнении упражнений)

1. ***Личностный:***

Использовать полученные практические знания в своей деятельности.

**Задачи:**

***Образовательные:***

- совершенствовать технику передачи мяча двумя руками от груди и с отскоком от пола;

- совершенствовать ловлю мяча двумя руками;

- совершенствовать двигательные навыки и умения;

- совершенствовать ведение мяча левой и правой руками;

***Развивающие:***

- развивать навык взаимодействия учащихся, силу, быстроту, координацию движений.

***Воспитательная:***

- развития навыка сотрудничества со сверстниками;

- умение не создавать конфликта в спорных ситуациях;

- воспитание трудолюбия и чувства коллективизма.

**Тип урока:** комплексное применение знаний и умений (урок закрепления).

**Метод проведения:**фронтальный, поточный, индивидуальный, групповой, соревновательно-игровой.

**Место проведения**: спортивный зал.

**Инвентарь:** баскетбольные мячи

**Время проведения**: 40 минут.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание урока | Дозировка | Организационно-методические указания |
| **Подготовительная часть (организационный этап)** | | |
| Построение, сдача рапорта, приветствие. | 1 мин | Обратить внимание на спортивную форму одежды. |
| Постановка цели и задач урока | 1-2 мин | В спортзале есть и слева щит  И справа щит. На кольцах есть корзины и круг посередине.  Две группы из ребят в корзины мяч забить хотят.  Поймают мяч, и вновь о пол…  Игра зовется ….(баскетбол)  Показать руками движение передачу, ведение и бросок мяча |
| Общеразвивающие упражнения  1 И.П. Руки на пояс. Повороты головы 1- вправо, 2- влево (4 раза)  2 И.п. Правая рука вверху левая рука внизу. Рывки руками на четыре счета.  3 И.п. Руки согнуты перед грудью. Повороты туловища вправо влево.  4 И.п. Руки на пояс. Наклон на раз - коснуться пальцев правой ноги, два - левой, три – коснуться ладошками пола.  5 И.п. Руки вперед. Приседание со сгибанием и разгибание пальцев рук.  6 И.п. руки вперед. Круговые вращения рук в кистевых суставах. |  | Что вначале урока нужно делать: играть, сдавать зачет или разминаться? Почему?  ОРУ проводит ученик. |
| Эстафеты  1 Челночный бег.  2 Бег приставными шагами. Руки перед грудью.  3 Прыжковая эстафета |  | Проводит учитель |
| **Основная часть (Деятельностный этап)** | | |
| 1 Работа с карточками |  | Ловля и передача мяча  Ведение мяча  Броски мяча в кольцо  Игра в баскетбол |
| 2 Передача мяча двумя руками от груди и от пола. |  | Отскок мяча от пола в 1 метре от напарника |
| 3 Ведение мяча левой, правой рукой.  Перекладывание мяча из руки в руку, обводя его вокруг туловища.  В небольшом подседе, ноги чуть шире плеч, передача мяча между ногами из руки в руку по восьмерке. |  | Во время ведения на мяч стараться не смотреть  Выполняется упр. не прикасаясь к туловищу  Выполняется упражнение на месте |
| 4 Класс делится на две команды  Построение на лицевой линии. Расстояние между учащимися 2 метра.  Крайние учащиеся проводят обводку своих товарищей, ведя мяч дальней рукой от них.  Дойдя до щита, делают бросок мяча в корзину. Подобрав мяч, ведут его обратно до первого игрока и передают броском последнему. Сами становятся первыми. |  | При выполнении упр. Корректировать траекторию броска, правильность ведения мяча и точность передачи. |
| **Заключительная часть (Оценочно-рефлексивный этап)** | | |
| 1 Рефлексия |  | -Что делали?  - Зачем это делали?  - Что получилось?  -Над чем нужно еще работать? |
| 2 Выставление оценок |  |  |