**Конспект урока физкультуры.**

**Тема. Ловля и передача мяча в движении, ведение на месте.**

**Цель:** отрабатывать умение выполнять бросок мяча снизу; развивать скоростно-силовые качества; воспитывать дисциплинированность.

**УУД:**

*Предметные:* отрабатывать умение выполнять бросок мяча снизу

*Личностные:* развитие навыков сотрудничества.

*Регулятивные:* определять наиболее эффективные способы достижения результата.

*Познавательные:* укреплять навык самоконтроля.

*Коммуникативные:* умение работать в малых группах.

**Оборудование:** 3 стула, 3 баскетбольных мяча

**Ход урока.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название частей** | **Содержание урока** | **Доз.** | **УУД** |
| **I** | **Вводная часть** |  | **10 -12 мин** |  |
|  | А) построение в одну шеренгу. | -В одну шеренгу становись! Равняйсь! Смирно! |  | Слежу за дисциплиной |
|  | В) Орг. Начало урока. | -Тема нашего урока: «Ловля и передача мяча в движении, ведение на месте».-Цель нашего урока: научиться ловить и передавать мяч в движении, вести мяч на месте.-Расчет по порядку.-Кто отсутствует.-Техника безопасности: без разрешения учителя нельзя лесть на канат, шведскую стенку, и только вместе с учителем. При беге в спину не толкать, на пятки не наступать, подножки не делать, без разрешения учителя спортивный инвентарь не брать, мячами не кидаться друг в друга. |  |  |
|  | Г) Ходьба.Значение: | Способствует формированию правильной осанки.-Направо. В обход по залу шагом марш, расстояние между учениками 2 шага.-руки на пояс на носках шагом марш.-руки за голову на пятках шагом марш.-руки в стороны обычным шагом.-вперед, к плечам, за спину, на колени. | 4шага4шага4шага4шага2 раза | Соблюдаем осанку, мышцы живота втянуть. |
|  | Д) Бег.Значение: | Способствует развитию выносливости, укреплению мышц ног.-Приступаем к беговым упражнениям.-Бегом марш – бег в медленном темпе.-Руки на пояс ставь, правым боком приставными шагами марш, -Левым боком приставным шагом, за направляющим выполняем.-Восстановление дыхания, шаг короткий руки в стороны, вверх. | 2-3 круга | При беге руки согнуть в локтях, сохранять дистанцию. спина ровная, дыхание ровное, дышим через нос. |
|  | Е) Перестроение.Значение: | Способствует быстрой организации класса.-За направляющим, через середину в колонну по 3 марш- Направляющий на месте стой – 1-2.-На право! |  | Слежу за перестроением.Соблюдаем дистанцию – 2 шага. |
|  | Ё)Общеразвивающие упражнения без предмета. |  |  |  |
|  | Значение: | Способствует развитию мышц спины, шеи, брюшного пресса, формированию правильной осанки. |  |  |
|  | 1) Упражнение на восстановление дыхания | - и.п. – о.с.- 1, 2 – руки через стороны вверх, поднимаемся на носки- 3 – 4 – и.п.- и.п. принять! Упражнение начинай! | 1 мин. | Д-1–2 вдох, 3-4 выдохП - зеркальныйТ- медленныйНа носки поднимаемся повыше |
|  | 2) наклоны головы. | -И. п. - пятки вместе носки врозь руки на пояс, на:-1 - наклон головы вперед.-2 - назад.-3 - влево.-4 - вправо. | 6-8раз | П – зеркальный.Т – средний.Д - равномерноеСледить за осанкой, задания выполнятьпод счет |
|  | 3) Круговые движения руками | -и.п. – руки к плечам, ноги на ширине плеч- 1-4 – делаем вращение руками вперед- 1, 4 – то же назад- и.п. принять! Упр. начинай! | 6-8 раз | Д – ровноеП – зеркальныйТ – среднийСпина прямая |
|  | 4) «Пружинка» | - и.п. – о. с.- 1- руки вверх, поднимаемся на носки- 2- наклон, пальцами касаемся пола,- 3- присесть- 4- и.п.- и.п. – принять!Упр. начинай! | 6-8 раз | Д – равномерноеП – бокомТ- среднийНаклон пониже |
|  | 5) наклоны туловища | - и. п. - ноги на ширине плеч:-1- наклоны туловища вперед.-2 - наклон туловища назад.-3 - наклон в левую сторону.-4 - наклон в правую сторону. | 6-8 раз | ноги прямые. |
|  | 6) прыжки | -- и. п. – о.с.-1 – прыжок, ноги врозь делаем хлопок над головой-2 – и.п.- 3, 4 – то же самое- и. п. принять!Упр. начинай! | 8-10р. | Д – учащенноеП – зеркальныйТ – быстрыйспина прямая |
|  | 7) Упр. на дыхание | - повторяем первое упр. | 10-12раз  |  |
|  | Итого | -Ребята вы все были молодцы. Правильно выполняли все упражнения. |  |  |
| **II** | **Основная часть** |  | **25 – 28 мин** |  |
| **1** | Ведение мяча.*Значение:*Объяснение (показ) учителя:**Итог:** | Развивать физические качества, координацию движений.- Направо! К концу зала сомкнуться.- Кругом! - Сейчас мы будем выполнять ведение мяча. Вам нужно ударять мяч правой рукой об пол каждый раз, когда вы шагаете левой ногой. Доходим до стула, выполняя ведение, обратно – тоже выполняем ведение. Выполняем тремя колоннами, один за другим.- Ребята, вы все были молодцы, правильно выполняли ведение мяча. | 8 минут | Основные ошибки: торопливость и нарушение целостности движения и ритма.Слежу за техникой выполнения |
| **2****3** | Ловля и передача мяча на местеЗначениеОбъяснение (показ) учителя:Выполнение**Итог:****Игра «Змейка»**Значение:Содержание:Проведение.**Итог** | Развивает ловкость, быстроту, выносливость(делю детей в трех колоннах на 2 половины)- Дети, вам нужно бросить мяч тому, кто стоит напротив вас. Поймали, бросили опять.По сигналу начинаем.-Ребята вы все были молодцы. Правильно выполняли все упражнения.- Начинаем по сигналу.- Молодцы вы справились с этим заданием.Развивать физические качества, силу, ловкость, быстроту, смелость.Участники колонн размыкаются. В каждой колонне, по очереди, выходит один игрок и выполняет ведение мяча вокруг каждого участника. После того, как один игрок закончил ведение, он становится в конец колонны, а ведение выполняют следующие игроки. Выигрывает та, команда, которая первая закончит ведение.Начинаем по сигналу.Молодцы вы справились с этой игрой | 9 мин9мин. | Слежу за техникой выполнения, за дисциплиной.За пределы спортивной площадки не выходить, друг друга не толкать, выполнять указания учителяСлежу за правилами проведения игры, за дисциплиной |
| **III** | **Заключительная часть.** |  | **5 мин** |  |
|  | ПерестроениеИгра «Светофор» на внимание.ЗначениеСодержаниеПроведениеИтог | - В одну шеренгу становись.Развивать вниманиеНазываю цвета светофора, а учащиеся выполняют движения, соответствующие названному цвету.- Красный жёлтый зелёный жёлтый зелёный красный красный желтыйПо сигналу начинается играРебята вы все справились с заданием | 1 мин1мин1 мин0.5 мин | Выполнять те задания, которые говорит учительПравила:красный – прыжок, жёлтый – присед, зелёный – хлопок.Слежу за правилами выполнения игры |
|  | Подведение**Общий итог урока** | - Молодцы! Самыми внимательными были….-Ребята, чем мы сегодня занимались?-Урок закончен. До свидания. | 0,5 мин1 мин |  |