

**Урок по физической культуре в 9 классе по теме:
«Взаимодействие трех игроков в нападении».**

**Ершова Ольга Гаритовна
ГБОУ СОШ № 302
СПб Фрунзенский район**

Методическая цель урока: показать использование приемов по совершенствованию техники и тактики игры в баскетбол с целью активизации познавательной деятельности учащихся.

Учебные задачи: разучить взаимодействие игроков в нападении «тройка», совершенствовать бросок одной рукой от плеча в прыжке, сочетание приемов: передач, ведения и бросков, усвоение учащимися знаний о тактических взаимодействиях при игре в баскетбол.

Развивающие задачи: развитие творческого преобразования знаний, способствовать развитию физических качеств.

Воспитательные задачи: воспитывать инициативность и самостоятельность, психологическую устойчивость (противостояние утомлению и напряжению).

Тип урока: комплексный.

Форма урока: практическое занятие.

Межпредметные связи: биология, музыка, информатика и ИКТ.

Материальное обеспечение: баскетбольные мячи, стойки, резинка, секундомер, судейский свисток, гимнастические маты, перекладина, презентация, выполненная в «Microsoft Power Point», ноутбук, мультимедийный проектор.

Учебные вопросы: бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением, взаимодействие трех игроков в нападении.

Время проведения: 45 мин. с 10.20 - 11.05

Место проведения: спортивный зал.

Методы обучения: словесные (вопросы, диалог, объяснение), наглядные (показ упражнений, жестов судей, презентация), практические (выполнение упражнений), методы стимулирования учебной активности (создание ситуации успеха через разноуровневые задания), метод предупреждения и исправления ошибок (замедление выполнения упражнения), соревновательные, игровые.

Формы организации познавательной деятельности: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Этапы урока	Содержание этапов	Дозировка	Организационно-методические указания
<p>I.Организационно-подготовительный этап. 10 мин.</p> <p>Цель для обучающихся: подготовиться к продуктивной работе на занятии.</p> <p>Цель для учителя: обеспечить начальную организацию, подготовку обучающихся к выполнению конкретной работы в основной части. Достигнуть от выше среднего до высокого уровня нагрузки, подготовить организм к основной части урока.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствовать технику передвижений, ведения мяча на месте и в движении. 2. Развивать координационные способности, гибкость, специальную выносливость 3. Воспитывать дисциплинированность, подвести обучающихся к цели и задачам урока <p>Цель: концентрация внимания, правильного выполнения движений.</p> <p>Цель: подготовка мышечно-связочного аппарата к нагрузкам, развитие гибкости умение сохранять осанку.</p> <p>Рассказ, показ.</p> <p>Метод выполнения фронтальный</p>	<p>1. Построение, приветствие. Актуализация знаний. Учитель: - Какие физические качества развиваются при игре в баскетбол? В каких жизненных ситуациях они могут пригодиться? Баскетбол – командная игра. Достаточно ли для победы хорошего владения техническими приемами игры в баскетбол (ответы обучающихся). Давайте сформулируем цель нашего урока. Определение цели и задач урока совместно с обучающимися. Постановка проблемы: Влияет ли на результат игры взаимодействие игроков? Слайд 3</p> <p>2. Какой бывает ЧСС у людей в покое (ответы обучающихся). А каким должно быть значение частоты пульса после нагрузки? (ответы обучающихся). Сейчас проверим на практике. Подсчет пульса. Приложите большой палец левой руки, на внутреннюю часть запястья правой руки, найдите пульс и посчитайте за 6 сек. количество ЧСС, затем умножьте на 10. Каждый свой результат запомните и в конце беговой разминки повторим измерение, чтобы сравнить показатели.</p> <p>3. Ходьба на носках, руки в стороны, хлопок сверху. Ходьба на пятках, хлопок спереди, сзади. Ходьба с перекатом с пятки на носок, сжимать и разжимать пальцы рук. Ходьба в полуприседе. Ходьба в седе прямо, прыжком правым, левым боком.</p> <p>4. Бег под музыкальное сопровождение. По диагонали зала определенный вид бега по указанию учителя (бег с высоким подниманием бедра, 5 прыжков через препятствие (набивные мячи), затем ускорение, многоскоки (прыжки с одной ноги на другую), прыжки на одной ноге).</p>	<p>1 мин.</p> <p>30 сек.</p> <p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p>	<p>Проверка внешнего вида обучающихся.</p> <p>Освобожденные получают задание (тесты по баскетболу). Приложение 1.</p> <p>Познавательная активность. После бега ученики измеряют пульс и сравнивают с предыдущими показателями. Находят ответ на вопрос: влияет ли физическая нагрузка на ЧСС? По ходу взять баскетбольные мячи.</p>

Этапы урока	Содержание этапов	Доз и-ровк а	Организационно-методические указания
	<p>5. Правила баскетбола с ведением мяча на месте без зрительного контроля. Учитель показывает жесты судей.</p> <p>6. Упражнение «Музыка мяча». Ведение мяча с разной высотой отскока на месте и в движении. Ведение правой рукой на месте с разной высотой отскока, выстукивая определенный ритм под музыку. То же левой рукой. Тоже, переводя мяч с руки на руку.</p> <p>7. Ведение мяча бегом. В колонну по 2 ребята бегут по залу. Одна колонна - по часовой стрелке, а другая – против часовой стрелки. При движении под кольцом – ведение с низким отскоком, по свистку поворот кругом и ведение другой рукой (по 3 круга), остановки по свистку.</p>	<p>1 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>2 мин.</p> <p>30 сек</p>	<p>Обучающиеся выполняют ведение мяча на месте без зрительного контроля и хором отвечают правила баскетбола.</p>

II. Основной этап. 25 мин.

Цель для обучающихся;

научиться согласовывать свои передвижения с партнерами в зависимости от перемещений;

Цель для учителя: пробудить у обучающихся желание активно приступить к изучению взаимодействия между игроками в тройках в нападении; активизировать их в процессе совершенствования ранее изученного материала.

Задачи:

1. Организовать работу и учить умению выполнять технику передач в движении, бросков одной рукой от плеча в прыжке.
2. Формировать умения выполнять подводящие упражнения самостоятельно, по заданию учителя.

1. Совершенствование броска одной рукой от плеча в прыжке в парах через резинку, натянутую вдоль зала на высоте баскетбольных колец. Объяснение и показ. Имитация выполнения приема с места с выпуском мяча над собой. Бросок-передача с прыжком на ориентир: поднятую руку партнера. Перед учащимися ставится задача совершенствовать навыки согласованной работы рук и ног при бросках в корзину одной рукой от плеча.

2. Взаимодействие двух нападающих против одного защитника. Слайд 4.

Нападающие располагаются в колоннах. Защитник находится на линии штрафного броска. Ученики, выполняя передачи, продвигаются к кольцу. При приближении к защитнику, нападающий начинает ведение мяча. Если защитник атакует, то он выполняет передачу партнеру. Если атаки не последовало, то продолжает ведение и выполняет бросок после двух шагов. В случае неточной передачи или промаха, нападающий меняет защитника.

3. Передачи мяча в «тройках» через центр. Слайд 5.

2
мин.

2
мин.

2
мин.

1. Подобная организация отработки броска (через резинку) максимально повышает моторную плотность урока. Соответствие высоты натянутой резинки, через которую нужно перебросить мяч, высоте прикрепления корзины способствует формированию нужного мышечного усилия для результативных бросков при игре в баскетбол.

2. Защитник стремится не дать забросить мяч из-под щита и отступает спиной к своему кольцу так, чтобы видеть обоих нападающих.

3. Передачи выполнять двумя руками от груди. Соблюдать дистанцию и интервал. Назад

Этапы урока	Содержание этапов	Дозировка	Организационно-методические указания
<p>3. Совершенствовать скоростно-силовые качества, координацию движений, отработку техники передач и бросков.</p> <p>4. Поддерживать интерес к освоению нового материала, воспитывать трудолюбие.</p> <p><u>Основные положения нового учебного материала:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - создание представления о взаимодействии игроков в нападении «тройка». - выполнение упражнения обучающимися; - выполнение упражнения в различных вариантах в игре. <p><u>Формы и методы изложения и закрепления нового материала:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -словесные (объяснение), наглядные (показ приёма), <u>Формы и методы достижения поставленных целей:</u> -практические <p><u>Формы и методы организации деятельности обучающихся:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - фронтальная, поточный метод, групповой. 	<p>4. Обучение взаимодействию игроков в нападении «тройка». Текст слайдов 6, 7. Обычная комбинация «тройка» в баскетболе проходит успешно только в том случае, когда нападающие ни на секунду не прекращают движения. Иначе защитники успеют проскользнуть между баскетболистами или переключиться, обменяться подопечными.</p> <p>5. Упражнение «тройка». Построение в колонну по три. После выполнения роли нападающих два учащихся становятся защитниками. В защите игроки пассивны. Добиваться, чтобы нападающие выполняли упражнение синхронно.</p> <p>6. Творческое преобразование знаний. Учебная игра. Игра проводится на двух половинах площадки. Девушки и юноши играют отдельно. Смена команд через 5 минут. Напомнить учащимся о взаимодействии трех игроков в нападении. Ученики свободные от игры: юноши выполняют подтягивание на высокой перекладине (3 подхода по 5-6 раз), «уголок» на стенке (2 подхода по 7-8 секунд); девушки выполняют поднимание туловища (2 подхода по 20 раз), «уголок» на шведской стенке (2 подхода по 5-6 секунд).</p>	<p>5 мин.</p> <p>5 мин</p> <p>8 мин.</p>	<p>возвращаться по боковым линиям.</p> <p>4. Объяснение и показ упражнения с помощью трех обучающихся.</p> <p>Защитникам мы даем задание передвигаться совместно с нападающими, но не ближе 1,5–2 метра от них, иначе защитникам будет трудно выполнять переключения и проскальзывания, а атакующие удачно проведут комбинацию.</p>

<p>III. Заключительная часть. 5мин. Цель для обучающихся: восстановить первоначальное состояние организма. Задачи: Совершенствовать упражнения правильного дыхания для восстановления организма, для развития вестибулярной устойчивости. Цель для учителя: оценить деятельность</p>	<p>1. Упражнения для развития вестибулярной устойчивости. В стойке ступни на одной линии, правая или левая впереди, наклоны в сторону; 3 поворота кругом переступание и 6 шагов вперед; в стойке пятки и носки вместе подняться на носки, наклонить голову назад и удержать это положение 5 сек. 2. Тестовое задание по тактике игры в баскетбол. Слайды 8, 9, 10, 11. Решение проблемы. Слайд 12.</p>	<p>1 мин. 1 мин. 30сек.</p>	<p>Методы стимулирования учебной активности обучающихся в ходе подведения итогов занятия: похвала, настрой на дальнейшую работу.</p>
---	--	---	--

Этапы урока	Содержание этапов	Дози- ровка
<p>обучающихся по конечному результату. Задачи: восстановить первоначальное состояние организма обучающихся. Методы организации: фронтальный: словестный (диалог) Методы оценивания: словестные Рефлексия: Цель этапа: проанализировать, дать оценку успешности достижения цели и наметить перспективу на будущее. Цель для обучающихся: оценивание своей деятельности на уроке (саморефлексия). Цель для учителя: определить степень заинтересованности обучающихся предметом. Методы оценивания: - оценка учителя степени старания обучающихся, оценивание учащихся за правильное выполнение технических приемов; Цель для учителя: обеспечить понимание целей, содержания и способов выполнения домашнего задания; Задачи: 1. Составление комплекса упражнений для развития недостающих физических качеств.</p>	<p>3. Подведение итогов урока. Провести разбор игровых моментов. Указать на ошибки. Выделить ребят, которые хорошо справлялись с заданиями. Выставить оценки. Похвалить всех за работу. 4. Рефлексия. Учитель: - Оцените результаты своей деятельности и выбранных способов деятельности через отношение, эмоции, чувства. Соотнесите собственную цель урока с полученным результатом (проведите самоконтроль). 5. Задание на дом: самостоятельно разработать комплекс упражнений для развития недостающих физических качеств. Урок окончен. До свидания. Организованный уход.</p>	<p>1 мин. 1 мин. 30 сек.</p>
<p>2. Прививать интерес к предмету.</p>		

Приложение 1

Ответы к тестам по баскетболу.

Изначально правила игры в баскетбол были сформулированы Джеймсом Найсмитом и состояли из 13 пунктов. Первые международные правила игры (правила ФИБА) были приняты в 1932 году на первом конгрессе ФИБА, последние изменения были внесены в 2004 году.

В баскетбол играют две команды, по двенадцать человек в каждой, на площадке одновременно по пять игроков от каждой команды. Цель каждой команды — забросить мяч в корзину соперника и помешать другой команде овладеть мячом, и забросить его в корзину своей команды. Игра продолжается четыре четверти по 10 минут чистого времени каждая (в НБА играют четверти по 12 минут).

1. Аут - мяч покинул пределы игровой площадки.

2. Пробежка — игрок, контролирующий мяч сделал более 2-х шагов с мячом в руках или сделал шаг «опорной» ногой.

3. Три секунды: игрок нападения находится в зоне штрафного броска более трех секунд, когда его команда владеет мячом в зоне нападения.

4. Восемь секунд имеет команда для вывода мяча из зоны защиты в зону нападения.

24 секунды имеет команда для броска по кольцу, если за это время мяч не коснется корзины он переходит к команде соперника.

5. Игрок не может держать мяч в руках более пяти секунд.

6. Правило зоны - команда владеющая мячом в зоне нападения не может переводить его в зону защиты.

7. Фол - это несоблюдение правил, вызванное физическим контактом или неспортивным поведением игроков.

8. Виды фолов: - персональный; технический; неспортивный; дисквалифицирующий.

9. Когда вступает в действие правило командных фолов:

а) после 5; б) после 7; в) после 8; г) после 6; д) **после 4.**

10. Какое количество фолов игрок может совершить в течение игры:

а) **5;** б) 7; в) 8; г) 6; д) 4.

11. Замена игрока разрешается:

а) команде, вбрасывающей мяч из-за боковой линии;

б) назначен фол любой из команд;

в) по ходу игры;

д) затребован минутный перерыв любой из команд;

12. Финт – прием, с помощью которого игрок старается скрыть свои основные действия от противника.

Литература

Журнал «Спорт в школе» - 2012г. №7, - 2012 №9, 2013 №1