**План-конспект урока по физической культуре в 8 классе**

**Тема:** «Обучение защитным действиям в баскетболе».

**Тип урока -**  Образовательно-тренировочной направленности

**Цель:**

1. Усвоение учащимися основных защитных действий в игре баскетбол.

2. Активизация и систематизация групповых, индивидуальных и командных действий в игре баскетбол.

**Образовательные задачи:**

1. Обучение защитным действиям в баскетболе;
2. Совершенствования зонной защиты.
3. Совершенствования развития « чувства мяча и координационных способностей»

**Развивающие задачи:**

1. Развитие ловкости, быстроты, координационных движений, чувства ритма.
2. Развитие дыхательной, сердечно - сосудистой системы.

**Воспитательные задачи:**

Воспитание устойчивого интереса к игре в баскетбол, чувства коллективизма, ответственности, умение проявлять дисциплинированность, ответственность.

**Место проведения:** Спортивный зал.

**Время урока:** 40 минут.

**Инвентарь и оборудование:** Мячи баскетбольные (10-15 штук), фишки, гимнастические палки.

Учитель: Мотовилов Е.В. **МБОУ СОШ № 1 г. Энгельс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержание урока** | **Дозировка** | **Целевая установка** | **Вид УУД****(универсальные учебные действия)** |
| **Вводная****Часть****(10мин)** | I. Построение, рапорт, сообщение задачи урокаII. Разминка (Бег), III. ОРУ с гимнастической палкой1)И.п. – о.с. палка внизу 1-палка вперед, 2-палка вверх, 3-палка вперед, 4-и.п. 2)И.п.- стойка ноги врозь, палка вверх 1-наклон вправо, 2-и.п. 3-наклон влево, 4-и.п. 3)И.п.- стойка ноги врозь, палка перед собой 1-поворот влево, палка вперед, 2-и.п. 3-поворот вправо, палка вперед, 4-и.п. 4)И.п.- узкая стойка, палка вперед 1-мах правой, 2- и.п. 3-мах левой 4-и.п. 5)И.п.- палка внизу 1-наклон вперед, палка на пол, 2- и.п. 3-наклон вперед ,палка в руках.  4-и.п 6)И.п-о.с. палка внизу. 1-выпод правой, палка вверх, 2-и.п. 3-выпод левой, палка вверх, 4-и.п. 7)И.п.- о.с. палка внизу. 1-присед,палка вперед 2-и.п.ОРУ с баскетбольными мячами:**1.** И.п.- стойка, ноги врозь, мяч внизу. 1.руки к груди2.руки вверх3. руки к груди4.руки в перёд**2.**1-4 -вращения мяча вокруг туловища влево5-8 -вращения мяча вокруг туловища вправо**3**.1. руки вверх2. наклон влево3. руки вверх4. наклон вперед5. руки вверх6. наклон вправо7. руки вверх8. И.п.**4.** И.п.- стойка ноги врозь, мяч в согнутых руках.1. поворот туловища влево, выпрямить руки2. И.п.3. поворот туловища вправо, выпрямить руки4. И.п.**5.** И.п.- основная стойка, мяч в согнутых руках.1. выпад вперёд, мяч вперед2. И.п.3. выпад вперёд, мяч над головой4. И.п.**6.** И.п.- основная стойка, мяч в руках внизу1- прыжок ноги скрестно, руки вверх 2.и.п.3.-4-тоже **7.** И.п.- основная стойка, мяч в руках внизу.1-2 – подняться на носки, руки вверх, прогнуться.3-4 – И.п. | 2 мин3 мин5 мин | Организация обучающихся на урокахПодготовка организма к предстоящей нагрузки | Умение проявлять внимательность и дисциплинированностьФормирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровьяУмение контролировать последовательность выполнения ОРУ |
| **Основная****часть****(25 мин)** | I Обучение защитным действиям в баскетболе1. Ведение баскетбольного мяча по прямой с обводкой фишек левой и правой рукой (смена ведущей руки на повороте)2. Объяснение и показ стойки защитники Ноги на ширине плеч, колени чуть согнуты. Одна рука вверху другая внизу для перехвата мяча- стойка на месте- передвижение в стороны-передвижение вперед назад3. Персональная опека игрока с мячом и без мяча. Работа в парах. Смотреть на нападающего двигаться спиной вперёд на передней стороне стопы. Оценивается действия в защите.1. Игра в баскетбол
 | 5 мин7 мин5 мин8 мин | Создание ситуации для анализа и самоанализа | Умение анализировать и объективно оценивать результат своей деятельности Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устраненияУмение планировать учебное сотрудничество со сверстникамиФормировать стремление технически правильно выполнять физкультурно- оздоровительные действия и включать их в игровую и соревновательную деятельность |
| **Заключительная часть****(5мин)** | 1.Восстановительные упражнения – аутогенная тренировка2. Подведение итогов урока3.Домашнее задание. Повторить «Жесты судей в баскетболе». | 3 мин2 мин | Формирование самооценки установка на восстановление организма | Выполняют для расслабления мышц, для снятия эмоционального напряжения в медленном темпе и под музыку.Разбор занятия в целом. Указать на ошибки при выполнении технических приемов. |