

Конспект урока физической культуры

Класс 5

Место и дата проведение : спортивный зал ,22.02.2017

Учитель: Савина М.А

Программа по физической культуре: М.Я. Виленский, В.И.Лях «Физическая культура 5- 9 классы», М. Просвещение , 2014 г.

предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И.Ляха, 5-9 классы. 2-е издание М. Просвещение 2012.

Раздел программы: Спортивные игры: баскетбол.

Тип урока: образовательно-познавательный

Тема урока: Техника ведения мяча.

Цель урока: Создать условия для освоения обучающимися представления о технике ведения мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.

Задачи урока:

Образовательные задачи (предметные результаты):

1. Познакомить учащихся с техникой ведения мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.
2. Обучать технике ведения мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.

Развивающие задачи (метапредметные результаты):

1. Формировать умение анализировать техники выполнения двигательных действий.
2. Развивать внимание, координацию, ловкость.

Воспитательные задачи (личностные результаты):

1. формировать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни (самоопределение, личностные УУД).
2. Воспитать взаимодействие со сверстниками.

Условия проведения: Спортивный зал

Материально- техническое обеспечение: Компьютер, мультимедийный проектор, экран, мячи баскетбольные - по числу занимающихся, цифровое лабораторное оборудование, свисток.

1. Вводно-подготовительная часть

1.1. Организационный момент:

Цель: обеспечить начальную организацию и психологическую готовность учащихся к уроку.

Задачи:

- создать положительный эмоциональный настрой;
- создать условия для принятия обучающимися учебной задачи урока.

Методы: словесные: объяснение, беседа, указания, команды; ИКТ - показ презентации;

Содержание данной части урока: Сообщение задач на урок.

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Дозировка	ОМУ
Организует построение класса, приветствует: «Здравствуйтесь ребята! Продолжаем изучение раздела программы баскетбол. Показывает презентацию с ведением мяча. Вопрос: «Как вы думаете, что мы будем на уроке изучать?» «А зачем мы будем это изучать?» «Правильно. Мы будем	Строятся, приветствуют учителя. Учащиеся отвечают (ведения мяча)	30 сек 2 мин	Обратить внимание на внешний вид учащихся

<p>учить технику ведения мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте» Учитель организует диагностику и самодиагностику учащихся (датчик ЧСС).</p>	<p>По команде учителя измеряют пульс (выборочно)</p>		<p>Учащиеся выполняют замеры самостоятельно, при возникновении затруднений, учитель корректирует</p>
--	--	--	--

1.2 Разминка:

Цель данного этапа урока:

- обеспечение общей функциональной готовности организма к активной мышечной деятельности (выполнение несложных физических упражнений);
- обеспечение специальной готовности к первому виду упражнений основной части урока (выполнение подводящих и подготовительных упражнений).

Задачи:

1. формирование установки у учащихся на активную познавательную деятельность;
2. подготовка тех мышечных групп, которые будут участвовать в изучаемой технике нападающего удара;
3. способствовать развитию основных физических качеств.

Методов организации работы: фронтальный, индивидуальный.

Методы стимулирования: пример, поощрение.

Критериев достижения целей и задач данного этапа урока: уровень физической подготовленности учащихся, техника владения двигательными умениями и навыками.

Описание содержания данной части урока: ходьба, ОРУ. в движении, спец. беговые упражнения, индивидуальные упражнения с мячом.

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Дозировка	ОМУ
<p>Организует проведение и проводит разминку</p> <p>Следит за интервалом в 2 шага.</p> <p>Показывает правильное выполнение упражнений.</p> <p>Требует от учащихся согласованности действий, чёткого выполнения упражнений.</p>	<p>Идут в обход по залу в колонну по одному, соблюдая дистанцию 2 шага</p> <p>Выполняют задания:</p> <p><u>Ходьба:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - обычная; - на носках, руки за спиной; - на пятках, руки за голову; - перекатами с пятки на носок, руки на поясе; <p><u>Упражнения на плечевой пояс в ходьбе :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -круговые вращения рук в плечевых суставах; -круговые вращения рук в локтевых суставах; -руки в замок, круговые вращения в лучезапястных суставах; -руки за спиной в за- 	<p>ОГ</p> <p>1 мин</p> <p>2 мин</p>	<p>Следить за осанкой, задания выполнять под счет, следить за правильным выполнением упр.</p> <p>Следить за движением рук и дыханием.</p>

<p>Раздает баскетбольные мя-</p>	<p>мок, поднимаем руки в верх; -правая рука вверху, левая в внизу, руки сгибаем в локтевых суставах соединяем за спиной в замок, поменять положение рук; вперёд, помогая левой рукой за локоть правой руки, поменять положение рук. <u>Упражнения в ходьбе на мышцы туловища и ног:</u> -руки за голову, скручивание туловище в правую, левую сторону на каждый шаг; - руки за голову, наклоны в правую, левую стороны на каждый шаг; -руки на поясе, наклоны вперёд на каждый шаг; - руки вперёд, махи ногами. <u>Бег:</u> - обычным; - приставным шагом правым боком, левым боком в стойки игрока; -приставным шагом 2 левым и правым боком в стойки игрока; -змейкой спиной вперёд; приставным шагом спиной вперёд в стойки игрока; -бег с поворотами вокруг своей оси в правую, левую сторону, по сигналу учителя изменением направление движение. <u>Ходьба:</u> -обычная; - упражнения на восстановления дыхания. Измерение чистоты сердечного сокращение (1 минута).</p>	<p>2 мин</p> <p>2 мин</p> <p>1 мин</p>	<p>Ноги в коленях не сгибать</p> <p>Бег в колонне , дистанция два шага.</p> <p>Обратить внимание на передвижение в стойки игрока.</p> <p>Выпрыгивание выполняют толчком одной ноги.</p> <p>Каждому уч-ся б/б мяч</p>
----------------------------------	--	--	--

<p>чи.</p> <p>Следит за четким выполнением упражнения</p> <p>Организует диагностику и самодиагностику учащихся (датчик ЧСС)</p>	<p>Идут в обход по залу в колонну по одному, соблюдая дистанцию 2 шага, и получают баскетбольные мячи</p> <p>Жонглирование мячом:</p> <p>а) перебрасывание мяча с ладони на тыльную сторону ладони (правой, левой рукой);</p> <p>б) вращение мяча вокруг шеи;</p> <p>в) вращение мяча вокруг тела;</p> <p>г) вращение мяча вокруг ног;</p> <p>д) «восьмерка»;</p> <p>е) подбросить мяч вверх, выполнить один (два, три) хлопка;</p> <p>ж) бросок мяча вниз и ловля его после отскока, выполнить один (два, три) хлопка;</p> <p>з) упражнение «Арка» (Мяч удерживается двумя руками за спиной на уровне пояса. Подбросить мяч движением кистей так, чтобы он перелетел через голову вперед. Поймать мяч двумя руками впереди.</p> <p>По команде учителя измеряют пульс (выборочно)</p>	<p>1 мин</p> <p>5мин</p> <p>8 раз</p> <p>10 раз</p> <p>10 раз</p> <p>10 раз</p> <p>5 раз</p> <p>5 раз</p> <p>6 раз</p> <p>10раз</p>	<p>Вращение мяча выполняются в правую и левую сторону. На мяч стараются не смотреть</p> <p>Учащиеся выполняют замеры самостоятельно, при возникновении затруднений учитель корректирует.</p>
---	--	---	--

2. Основная часть:

Цель: Обеспечение активной работы учащихся для получения конкретных знаний, техники ведения мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.

Задачи:

1. совершенствовать индивидуальные технические действия учащихся;
2. обеспечить условия для развития координации, быстроты, ловкости.

Формы организации деятельности учащихся: фронтальная, индивидуальная.

Методы организации деятельности учащихся: словесный (объяснение, комментарий, замечания), ИКТ.

Методы мотивирования (стимулирования) учебной активности учащихся: похвала, поощрение.

Деятельность учи-	Деятельность учащихся	Дозировка	ОМУ
-------------------	-----------------------	-----------	-----

теля		ОГ	
<p><u>Проверка домашнего задания.</u> «Какой технический прием мы учились выполнять на прошлом уроке?» Организует фронтальное выполнение учащимися стойки баскетболиста по звуковому сигналу учителя</p>	<p>Учащиеся отвечают, демонстрируют стойки. (Высокая, средняя и низкая стойка баскетболиста) Фронтально выполняют стойки баскетболиста по звуковому сигналу учителя</p>	<p>4 мин</p>	<p>Фронтальный опрос д/з. Оценить индивидуальные ответы.</p>
<p>Как вы думаете, при ведении мяча важна стойка баскетболиста?</p>	<p>Учащиеся отвечают.</p>	<p>2 мин</p>	<p>Учащиеся выполняют упражнение самостоятельно, при возникновении затруднений учитель корректирует.</p>
<p>Показывает и объясняет технику выполнения упражнения.</p>	<p>Выполняют задания учителя:</p>	<p>3 мин</p>	
<p>Корректирует неточные действия учащихся, исправляет индивидуальные ошибки учащихся.</p>	<p>1. Ведение мяча в высокой стойке правой, левой рукой.</p>	<p>3 мин</p>	
<p>Организует замеры датчиком движения Vernier (для анализа правильного выполнения упражнения).</p>	<p>2. Ведение мяча в средней стойке правой, левой рукой.</p>	<p>3 мин</p>	
<p>Организует замеры датчиком движения Vernier (для анализа правильного выполнения упражнения).</p>	<p>3. Ведение мяча в низкой стойке правой, левой рукой.</p>	<p>2 мин</p>	
<p>Организует замеры датчиком движения Vernier (для анализа правильного выполнения упражнения).</p>	<p>4. Поднять лежащий на полу мяч, резким движением кисти.</p>	<p>2 мин</p>	
<p>Организует замеры датчиком движения Vernier (для анализа правильного выполнения упражнения).</p>	<p>5. Ведение мяча с изменением стойки по звуковому сигналу учителя.</p>	<p>2 мин</p>	
<p>Организует замеры датчиком движения Vernier (для анализа правильного выполнения упражнения).</p>	<p>6. Максимальное количество ударов мяча в низкой стойке левой, правой рукой за 10 сек.</p>	<p>2 мин</p>	<p>Учащиеся выполняют замеры самостоятельно, при возникновении затруднений учитель корректирует.</p>
<p>Путем опроса и визуального наблюдения убеждается, как учащиеся поняли выполнение упражнения. Предлагает им исправить ошибки, используя графическое изображение, разбор.</p>	<p>Анализируют правильность выполнения упражнений, выявляют грубые ошибки и исправляют их.</p>		

3. Заключительная часть

3.1.Снижение двигательной нагрузки, восстановление:

Цель: постепенное снижение функциональной активности организма занимающихся и приведение его относительно спокойное состояние.

Задачи:

1. снижение физиологического возбуждения и излишнего напряжения отдельных групп мышц;
2. регулирование эмоционального состояния.

Описание методов: фронтальный.

Критерии, позволяющие определить степень усвоения учащимися нового учебного материала: эмоциональность учащихся на уроке, активность, стремление сделать правильное и результативнее.
Пути и методы реагирования на ситуацию, когда учитель определяет, что часть учащихся не освоила новый учебный материал: рекомендации, домашнее задание, пример.
Методы стимулирования: пример, поощрение правильного выполнения.

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Дозировка	ОМУ
		ОГ	
<p>Организует прием инвентаря.</p> <p>Организует постепенное приведение организма учащихся в относительно спокойное состояние: упражнения на развитие координационных способностей.</p> <p>Организует диагностику и самодиагностику учащихся (датчик ЧСС)</p>	<p>Все сдают мячи и строятся в одну шеренгу.</p> <p>Выполняют упражнения. И.п. – Стоя правая нога впереди левой на одной прямой (пятка около носка), руки на поясе, глаза закрыты. То же, но со смежной ног.</p> <p>По команде учителя измеряют пульс (выборочно)</p>	<p>1 мин</p> <p>2 мин</p>	<p>Учащиеся не должны качаться</p> <p>Учащиеся выполняют упражнение самостоятельно, при возникновении затруднений учитель корректирует</p>

3.2. Подведение итогов урока

Цель: анализ и оценка успешности достижения цели урока и определения перспективы последующей работы.

Задача: самооценка и оценка работы класса и отдельных учащихся.

Методы: использование алгоритма оценки работы класса и отдельных учеников.

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Дозировка	ОМУ
		ОГ	
<p>Подводит итоги урока. Оценивает качество выполнения заданий, динамику индивидуальных достижений учащихся.</p>	<p>Осуществляют самооценку учебной деятельности.</p>	<p>1,5 мин</p>	

3.3. Задание на дом:

Цель: Обеспечение понимания цели, содержания и способов выполнения домашнего задания.

Задачи:

1. Сообщение и объяснение домашнего задания, разъяснение методики его выполнения.
2. Инструктаж по выполнению самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Дозировка	ОМУ
		ОГ	
<p>Домашнее задание: 10 отжиманий (девочки), 20 от-</p>	<p>Воспринимает информацию, запоми-</p>	<p>1 мин</p>	

жиманий (мальчики) и имитация ведения мяча в различных стойках. Организованный уход из зала	нает		Организованный уход
--	------	--	---------------------