

Открытый урок по физической культуре 9 класс

тема: «Совершенствование навыков в баскетболе

(ведение баскетбольного мяча правой и левой рукой, бросок мяча в кольцо в прыжке)»

учитель физической культуры: Годовикова Ирина Александровна

## Урок по теме «Совершенствование навыков в баскетболе

(ведение баскетбольного мяча правой и левой рукой, бросок мяча в кольцо в прыжке) в соответствии с требованиями ФГОС нового поколения

### **Образовательные:**

- Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Выучить упражнения, способствующие развитию прыгучести

*1.научить ведению мяча в шаге и беге.*

2.научить согласованным движениям рук и ног во время передачи.

3.развить физические качества ловкость, быстрота, скорость, силу.

### **Задачи:**

1.обучение передачи мяча двумя руками от груди, обучение ведению мяча в шаге и беге.

2.развитие скоростно-силовых качеств, ловкости, быстроты.

3.воспитание товарищества коллективизма, дисциплинированности.

### **Развивающие:**

- Развивать двигательные качества- координацию движений, выносливость, скоростно-силовые качества.
- Развитие сообразительности, находчивости. Развивать формирование у них умений самостоятельно подбирать ритм и темп бега и выполнять его с заданной дозировкой нагрузки;
- Научить логически мыслить, задавать вопросы, сравнивать. Способствовать расширению кругозора, познавательного интереса к предмету.
- Развивать коммуникационные умения (умение понятно, кратко, точно, вежливо излагать свои мысли, задавать вопросы и отвечать на них, слушать и сосредотачивать внимание).

### **Воспитательные:**

- Воспитание морально-волевых качеств—смелость, честность, коллективизм.

- Воспитывать у учащихся дисциплинированности, организованности, взаимопомощи, культуру общения и труда в ходе беседы
- Воспитания: чувств, вкусов, формирование красивой осанки, походки, красоты движений, красоты поступка.
- Методы - убеждение, поощрение.

**Условия, обеспечивающие развитие Универсальных учебных действий.**

**Познавательные** – овладеют способностью оценивать свои достижения, отвечать на вопросы, соотносить изученные понятия с примерами; анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать.

**Коммуникативные** – выражают готовность слушать собеседника и вести диалог; овладевают диалогической формой речи, способностью вступать в речевое общение, умением пользоваться спортивным инвентарем;

**Регулятивные** – овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять. Осуществлять самоконтроль, самопроверку

**Личностные:** принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях

**Тип урока:** Интегрированный урок (интеграция с внеурочной деятельностью «Баскетбол»)

**Формы работы учащихся:** индивидуальная, работа в группах.

- Секундомер, свисток, баскетбольные мячи, конусы

**Структура урока.**

**I. Мотивация к уроку (5мин.)**

**II. Актуализация знаний. (5мин.)**

**III. Изучение нового материала (20 мин)**

**IV. Применение нового знания. (5 мин)**

**V. Рефлексия. (5 мин.)** Домашнее задание и подведение итогов. (*Оцениваются наиболее активные учащиеся.* Объявляет домашнее задание. Д/з Ответить на вопрос: что такое «Двойное ведение»)

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА**

Этапы урока	Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Универсальные учебные действия
-------------	--	----------------------	-----------------------	--------------------------------

1	2	3	4	6
<b>I. Мотивация к уроку</b>	Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала	Проводит построение в шеренгу. Проверяет готовность обучающихся к уроку, озвучивает тему и цель урока; создает эмоциональный настрой на изучение нового предмета	Выполняют построение. Дежурный сдает учителю рапорт о готовности класса к уроку. Слушают и обсуждают тему урока	<b>Личностные:</b> имеют желание учиться; стремятся хорошо учиться и сориентированы на участие в спортивных соревнованиях школы; <b>Регулятивный</b>
<b>II. Актуализация знаний</b>	Упражнения на развитие внимания и сообразительности. Бег без остановки.	<p>Даёт команду: перейти на ходьбу</p> <p>Ходьба:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) На носках, руки вверх</li> <li>2) На пятках, руки на пояс</li> </ol> <p>Бег:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Приставными шагами правым, левым боком</li> <li>2) Высоко подниманием бедра</li> <li>3) Захлестыванием голени назад, руки на ягодицах</li> <li>4) Бег с ускорениями змейка по спортзалу.</li> </ol> <p>Формулирует задание, контролирует правильность выполнения.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5) Разминка ЗОЖ</li> </ol>	Обратить внимание на правильность осанку: голова приподнята, спина прямая, плечи отведены назад, точное положение рук. Туловище слегка наклонить вперед, ноги согнуть	<p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия; взаимодействуют со сверстниками в совместной игровой деятельности</p>

	Дыхательные упражнения			
<b>III. Изучение нового материала</b>	«Совершенствование навыков в баскетболе (ведение баскетбольного мяча правой и левой рукой, бросок мяча в кольцо в	Здоровьесберегающая технология (создание на уроках положительного эмоционального настроения)  Игровая технология Объясняет учащимся технику передачи мяча друг, другу.	Выполняют упражнения, слушают, отвечают на вопросы. Слушают, участвуют в диалоге. Ученики располагаются на боковой линии в двух шеренгах, напротив друг, друга выполняют задание.	<b>Коммуникативные:</b> обмениваются мнениями, слушают друг друга, задают вопросы; строят понятные речевые высказывания. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строят речевое высказывание в устной форме о ведении мяча в физическом развитии человека; <i>логические</i> – осуществляют

	прыжке)			поиск необходимой информации. <b>Регулятивные:</b> действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной игровой деятельности; используют речь для регуляции своего действия; взаимодействуют со сверстниками в игре
	Упражнение «Ралли»	Бег с ведением мяча: 1. Ведение правой (левой) рукой с обводом конуса. 2. Ведение правой (левой) рукой с захлестыванием голени 3. Ведение правой и левой, и броска мяча на 2 шага. (внеурочная деятельность: ведение мяча правой и левой рукой)	а) Каждый ученик с мячом начинает ведение правой рукой в направлении конуса и обратно передает следующему.  б) Каждый ученик с мячом начинает ведение левой рукой в направлении конуса и обратно передает следующему.  в) ученик выполняет перевод перед собой мяча с правой руки на левую. Обратить внимание на высоту отскока мяча, на контроль за мячом кистью руки, на технику безопасности: поднять глаза от мяча.	
	Двусторонняя игра	Проводит беседу. Наводящими вопросами подводит учащихся к выводу о том, что выполнение прыжков различными способами	Класс перестроить в одну шеренгу, рассчитаться на 1-2.	

	«баскетбол»	является важнейшим компонентом развития прыгучести. Проводит подвижную игру; создаёт эмоциональный настрой, осуществляет контроль.		
<b>IV. Применение нового знания (внеурочная деятельность)</b>	Упражнение «Штрафной бросок»	Проводит упражнения, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет контроль	Броски выполняются с штрафной линии кольца. Правильно держать мяч, постановка стоп ног, одновременное разгибание ног и рук	<b>Регулятивные:</b> осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем
<b>V. Рефлексия</b>	Обобщить полученные на уроке сведения	Проводит беседу по в о п р о с а м : – Что нового вы узнали? Что было для вас интересным на уроке? -Чему вы научились? Как вы себя оцениваете на уроке?	Учащиеся рассказывают что они знают, умеют, хотят знать и что им еще подлежит усвоению. Определяют свое эмоциональное состояние на уроке и подают дневники для выставления оценок	<b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его. <b>Регулятивные:</b> прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала

## Материалы и инвентарь:

•Программа (название, автор, изд-во, год издания) «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2011г).

Учебник (название, автор, изд-во, год издания) Виленский М.Я. Физкультура: 7 -9 кл. – М.: Просвещение, 2013

### Упражнения на развитие внимания

По команде «Шаг влево!» дети делают шаг влево, образуя две колонны. Проверить правильность выполнения. При необходимости повторить все команды. Ходьба по кругу по команде «Первые номера – налево, вторые номера – направо в обход шагом марш!». Первая и вторая колонна следуют в противоположные стороны. Предупредить детей, что первые номера идут по внутреннему кругу, а вторые – по внешнему, и медленно, помогая направляющим, провести две колонны рядом друг с другом. Пройти два круга. На втором круге поравнявшиеся колонны остановить командой «Стой!». Командой «Класс, в одну шеренгу становись!» перестроить класс обратно.

### Игра «Запрещённое движение»

Сегодня запрещенным движением будет положение «руки в стороны». Это значит, что одновременно обе руки в стороны быть не должны. Будьте внимательны!

1. Упражнение «Заводим моторчик».

И. п. – о. с. Руки перед грудью, кисти сжаты в кулак. Круговые движения предплечьями к себе и от себя со сменой темпа выполнения от медленного к быстрому и наоборот. По окончании упражнения встряхнуть руками. Выполнять 10 секунд к себе и 10 секунд от себя.

2. И. п. – о. с. Правая рука вверх. 1–4 – рывки руками назад; 5–8 – то же, левая рука вверх. *(Повторить 4 раза.)*

3. И. п. – о. с. Руки перед грудью. 1–2 – рывки руками перед грудью; 3–4 – рывки руками, руки в стороны.

Обратить внимание на тех, кто ошибается при выполнении упражнения.

1–2 – рывки руками перед грудью; 3–4 – рывки руками – правая в сторону, левая перед грудью; 5–6 – рывки руками перед грудью; 7–8 – рывки руками – левая в сторону, правая перед грудью.

4. И. п. – о. с. Руки на поясе. 1 – наклон головы вправо; 2 – и. п.; 3 – наклон головы влево; 4 – и. п.; 5 – наклон туловища вправо; 6 – и. п.; 7 – наклон туловища влево; 8 – и. п. *(Учитель повторяет 2 раза с детьми, а потом ученики выполняют под счет учителя самостоятельно еще 2 раза.)*

5. И. п. – о. с. Руки на поясе. 1 – поворот туловища направо, левая рука вперед (тянется); 2 – и. п.; 3 – поворот туловища налево, правая рука вперед; 4 – и. п. Выполнить 2–3 раза и на счёт 1–2 сделать руки в стороны (проверить внимательность класса), после чего продолжить упражнение.

Упражнение выполнять внимательно, следя за движениями учителя, и стараться не ошибаться.

6. И. п. – о. с. Поднять правую ногу, согнутую в колене, и обхватить ее обеими руками. Удерживать 10 счетов (учитель вслух медленно считает). Выполнить то же самое, удерживая левую ногу.

7. И. п. – о. с. Руки на поясе. 1 – выпад правой ногой вперед; 2 – и. п.; 3 – выпад левой ногой вперед; 4 – и. п.

Считать медленно, чтобы ученики могли зафиксировать положение (можно добавить элемент: руки вперед и в сторону).

### **Содержание беседы «Прыжки – одно из важнейших двигательных умений человека»**

Различают прыжки на обеих ногах и на одной, с разбега и без, на лыжах, в воду. Мы попробуем разучить лишь некоторые из них. Упражнение следует начинать по сигналу, выполняется до обозначенной отметки (линии, черты, на которой может стоять сам учитель), а по второму сигналу необходимо вернуться на свои места (прыжки выполняются с продвижением на 10–15 м).

1. Прыжки на месте на обеих ногах вверх без глубокого приседа.

2. Прыжки на обеих ногах без глубокого приседа с продвижением вперед до условной отметки. Ученики начинают прыгать по сигналу и по сигналу возвращаются.

3. Прыжки на обеих ногах из глубокого приседа.

4. То же, но каждый прыжок выполняется по сигналу. Учитель считает количество прыжков, совершенных детьми, объявляя каждого, допрыгавшего до конца.

5. Прыжки на обеих ногах правым боком.

6. Прыжки на обеих ногах левым боком.

7. Прыжки спиной вперед.

8. Прыжки на правой и левой ноге по очереди до черты и обратно, первый раз не соревнуясь, а второй (после небольшого отдыха) – наперегонки. После выполнения прыжков сделать встряхивающие движения ногами.

### **Подвижная игра «Воробушки-попрыгунчики»**

В центре площадки чертится круг диаметром 4 метра. В кругу стоит водящий; играющие запрыгивают и выпрыгивают к водящему на обеих ногах. Задача водящего – «запятнать» в кругу игрока. Играют до 3–5 пойманных игроков.