

Балакирева Алена Александровна

Государственное бюджетное образовательное учреждение

Свердловский областной

«Центр психолого-медико-педагогического сопровождения «Речевой центр»

г.Екатеринбург

**КОНСПЕКТ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В 8 КЛАССЕ.
ТЕХНИКА ВЕДЕНИЯ И ПЕРЕДАЧИ МЯЧА ОДНОЙ РУКОЙ В
СОЧЕТАНИИ С ОСТАНОВКОЙ В 2-А ШАГА В ИГРЕ БАСКЕТБОЛ**

- Цель: 1.Совершенствовать приемы игры в баскетбол: ведение мяча с остановкой в 2-а шага, передачу мяча одной рукой от плеча, броски мяча в кольцо;
2. Развивать речь через счет, объяснения задания, проведения п/игры «10-ть передач!»
3. Развивать, быстроту, ориентировку в пространстве, координацию движений и точность движений;
4. Развивать устойчивость внимания, наглядно-образное мышление, память,;
5. Совершенствовать личностные качества: взаимопонимание, самоорганизация, самостоятельность в игровых упражнениях;

Тип урока: комбинированный

Принципы: последовательности и доступности;

Место проведения: спортивный зал

Время: 40 минут

Спортивный инвентарь: баскетбольные мячи, скамейка;

Часть урока	Направления коррекционной работы	Содержание	Дозировка	Индивидуально-дифференцированная работа	ОМУ
1.Подготовка 10 мин.	Развитие внимания и точности движений; Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений в разминке; Совершенствовать моторно - двигательные способности организма в упражнениях с мячом	1.Построение. Приветствие учителя с учащимися. 2.Игра на внимание: закрытыми глазами выполнить повороты налево, направо, кругом, право; Разминка с мячом: 1.Ведение мяча с изменением направления движения; 2.Вращение мяча вокруг туловища в правую, в левую сторону; 3.Вращение мяча вокруг бедра в шаге; 4.Вращение мяча вокруг шеи в правую, в левую сторону; 5.Подбросить мяч, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; 6.Мах ногой вверх, передача мяча под коленом; 7.Ведение мяча в приседе в прыжке; 8.Наклон на каждый шаг с	3 мин. 20р. 20р. 20р. 20р.	2.Определить рукой к плечу - правая, левая; 1.Ведение в шаге, задавая ритм счета вслух («раз-два-три-четыре»); 2.На месте повороты туловища вправо, влево, мяч вперед; 3.На месте в наклоне вниз ведение мяча вокруг правой, левой стопы; ноги в коленях не сгибать; 4.Мяч вверх, ноги врозь, наклоны вниз с касанием мяча у правой, левой пятки; 5.Бросок мяча вверх -поймать мяч; 6.Выпад правой, вращение мяча	1.Обратить внимание на соматическое состояние учащихся и внешний вид. 2.Исправлять ошибки в поворотах; 1.Не «шлепать» по мячу, ноги полусогнуты, спина округлена, смотреть вперед, а не на мяч; 2.Пальцы широко расставлены встречают мяч, руки полусогнуты; 3.Широкий шаг вперед; 4.Передача мяча за шей и перед собой; 5.Мяч подбрасывать вверх перед собой; 6.Мах прямой ногой выше пояса, обе ноги прямые;



	(передача мяча из одной руки в другую: на месте, в шаге, в наклонах) Совершенствовать наглядно – образное мышление и согласованность движений рук и ног; Развивать распределение внимания: видеть полет мяча и выполнять повороты;	касанием мяча носка впереди стоящей ноги; 9.Выпадами вперед с касанием мяча пятки впереди стоящей ноги; 10.По сигналу подбросить мяч вверх, поворот на 360°, поймать мяч, продолжить ведение; 11.На месте: вдох-мяч вверх, на носки; выдох-мяч вниз, опуститься на стопу;	20р. 20р. 20р. 20р. 10р. 1 мин.	вокруг бедра, то же с левой ноги; 7.Ведение мяча стоя на месте; 8.Наклон на правую ногу, касание левой рукой носка; 10.В движении подбросить мяч, остановиться поймать мяч, снова продолжить движение;	7.Равномерная высота удара мяча в пол с прыжком вверх; 8.Наклон на прямую ногу на носок; 9.Закручивание туловища вправо, влево; 10.Видеть мяч во время поворота на 360°, мяч ловить обязательно; 11.Восстановление дыхания;
П.О снов ная част ь – 25 мин.	Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений, быстроту и точность движений;	1.Техника ускорения с лицевой линии по прямой, остановка в 2-а шага; поймать мяч – передача одной от плеча; с ускорением вокруг водящих колонну; Восстановление дыхания. 2.Техника ведения б/мяча по прямой в сочетании с остановкой в 2-а шага, передача	бкр. 1 мин. 2 мин.	1.Перешагивание через скамейку шагом, проговаривание счета: «раз, два!» 2.Ведение б/мяча шагом, проговаривание ост.в 2-а шага в	1.Смотреть на игрока в момент работы с мячом; мяч не ронять; ладони открыты, пальцы врозь навстречу мячу, ноги полусогнуты; 2.Амортизация работы рук и ног во время ловли и передачи мяча после



	<p>передачи, ускорение;</p> <p>Развитие скорости и ловкости в перемещении;</p> <p>Совершенствовать в игре взаимопонимание, внимательность, уважение к сопернику;</p>	<p>мяча – бросок по кольцу одной рукой;</p> <p>Восстановление дыхания на месте.</p> <p>6.Ведение б/мяча в сочетании с остановкой в 2-а шага через скамейку; бросок по кольцу одной рукой от плеча;</p> <p>Вдох - руки вверх, выдох - руки вниз.</p> <p>7.Подвижная игра: «10-ть передач». Класс делится пополам, команде нужно набрать 10-ть передач двумя (одной) руками в сочетании с остановкой в два шага, без ведения мяча. Счёт передач идет в слух, если другая команда перехватила мяч, счёт начинается заново.</p> <p>Вдох – руки вверх, выдох – руки вниз с наклоном;</p>	<p>5мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>5мин.</p> <p>1 мин.</p> <p>5 мин.</p> <p>1 мин.</p>	<p>проговаривать счет; выполнять скорость;</p> <p>6.Ведение в шаге в низкой стойке, проговаривая счет: «раз-два»;</p> <p>7.Участвуют в сильной команде; Ведут счет вслух в игре "10 передач".</p>	<p>6.Не совершать пробежки после приземления в 2-а шага; попадать в кольцо;</p> <p>7.Одновременно видеть своих игроков в перемещении, вести счет в слух, амортизация работы рук и ног в прыжке, быстрая передача одной, двумя руками от груди;</p> <p>Глубокий вдох через нос, выдох через рот;</p>
Ш.3 аключи тель ная часть ь – 5 мин.	2.Развитие внимания и восстановления дыхания.	<p>1.Построение. Подведение итогов игры и урока.</p> <p>2. Игра на внимание: в строю досчитать до 10-ти секунд и выполнить шаг вперед.</p> <p>Организованный уход с урока. Учитель уходит из зала последним.</p>			<p>1.Обратить внимание на состояние организма после спортивной деятельности;</p> <p>2. Учащиеся в строю считают до десяти секунд в темпе секунд времени;</p>





Конференц-зал
электронный журнал



электронное средство массовой информации

ISSN 2223-4063
www.konf-zal.com
konf-zal@mail.ru