

# **Физическая культура**

**5 класс**

**«Баскетбол. Совершенствование техники  
ловли и передачи мяча на месте и в  
движении».**

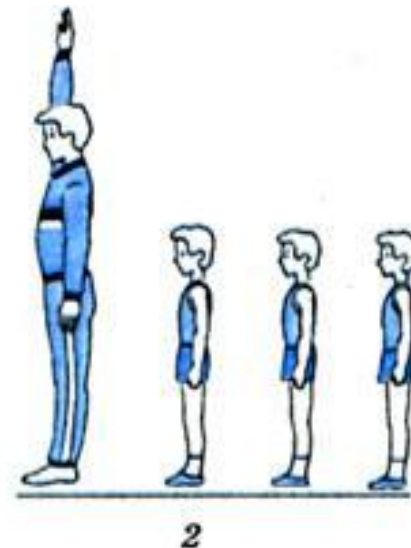
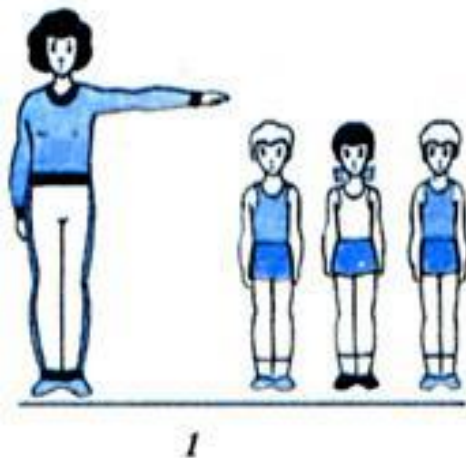
**Презентацию подготовила  
учитель физической культуры  
МАОУ «СОШ № 27»  
Романова Елена Алексеевна**

# Цель и задачи:

<b>Цель</b>	Приобщить детей к регулярным целенаправленным занятиям баскетболом, к творческому освоению учебного материала.
<b>Задачи:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Воспитывать скоростно – силовые качества с помощью общеразвивающих, основных упражнений и дополнительных заданий.</li><li>2. Учить согласованному движению рук и ног при ловле и передаче мяча двумя руками от груди.</li><li>3. Учить работе рук при ведении мяча в высокой стойке в движении по прямой.</li></ol>

# Начало урока

1. Построение, приветствие;
2. Сообщение задач урока, формы его проведения;
3. Психологический настрой детей на предстоящее занятие;



# Разминка:

## ОРУ - общеразвивающие упражнения

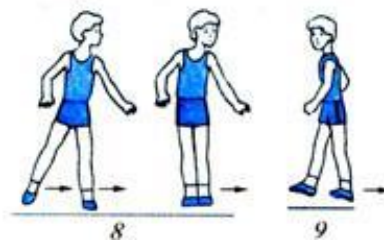
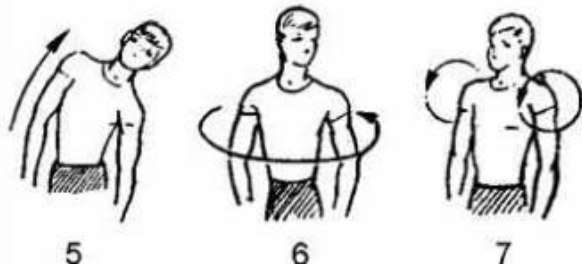
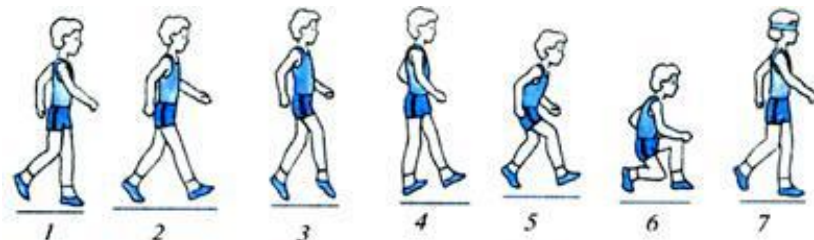
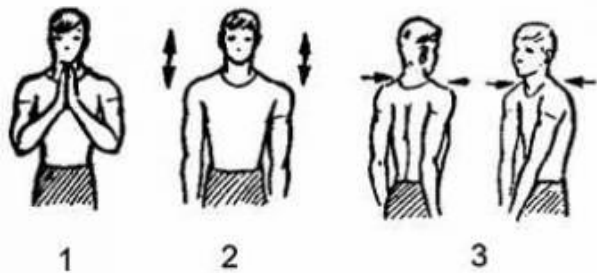
1. Вращение головой, вправо, влево.
2. И.П.-руки перед грудью, рывки вправо- влево
3. И.П.-руки на пояс  
руки над головой прогнуться  
наклон вперед  
исходное положение
5. И.П. – руки на пояс.  
Наклоны туловища вправо, влево.  
взять кистями за локти  
противоположной руки.  
Повороты туловища вправо, влево
6. И.П. – руки на пояс. Приседания на полную ступню, встать на носки  
15 раз (**считать по английски**)
7. И.П. – упор присев  
1 – упор лежа  
2 – упор присев (10 повторов)

## ОРУ в движении:

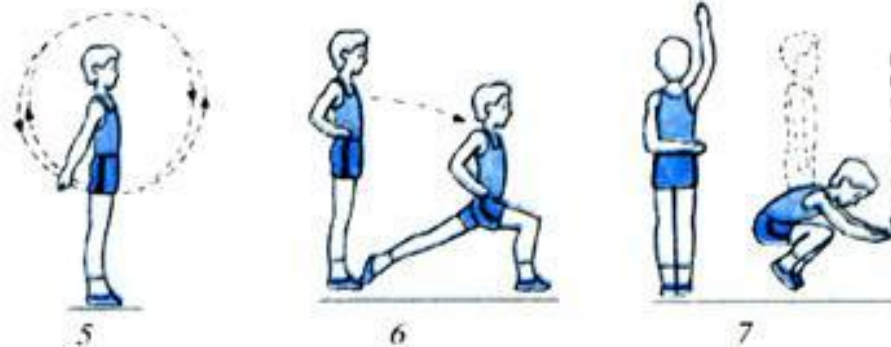
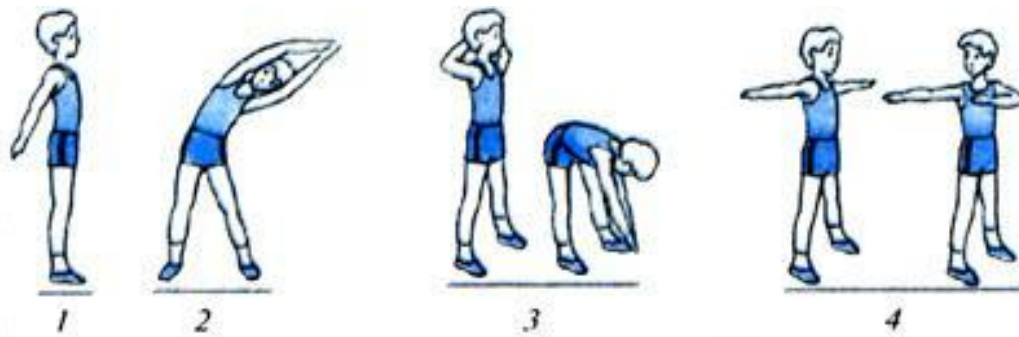
- бег с высоким подниманием бедра;
- бег с за хлестом голени;
- приставной шаг, правым, левым боком;
- с крестный шаг, правым, левым боком;
- прыжки из стороны в сторону;
- бег прямыми ногами.

## Ходьба:

- руки за голову, на носочках;
- руки на пояс, на пятках;
- руки вперед, полу приседом



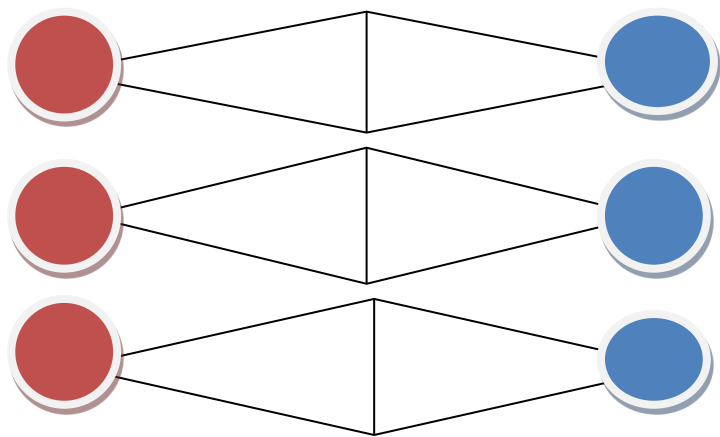
[www.sportsite.ru](http://www.sportsite.ru)



# Парно - групповой вариант отработки элементов баскетбола

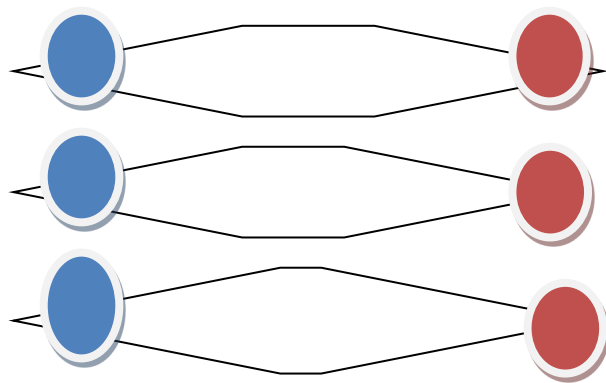
## (10 мин)

1. Учащиеся стоят парами друг напротив друга и по свистку выполняют передачу мяча от груди двумя руками (2 мин)



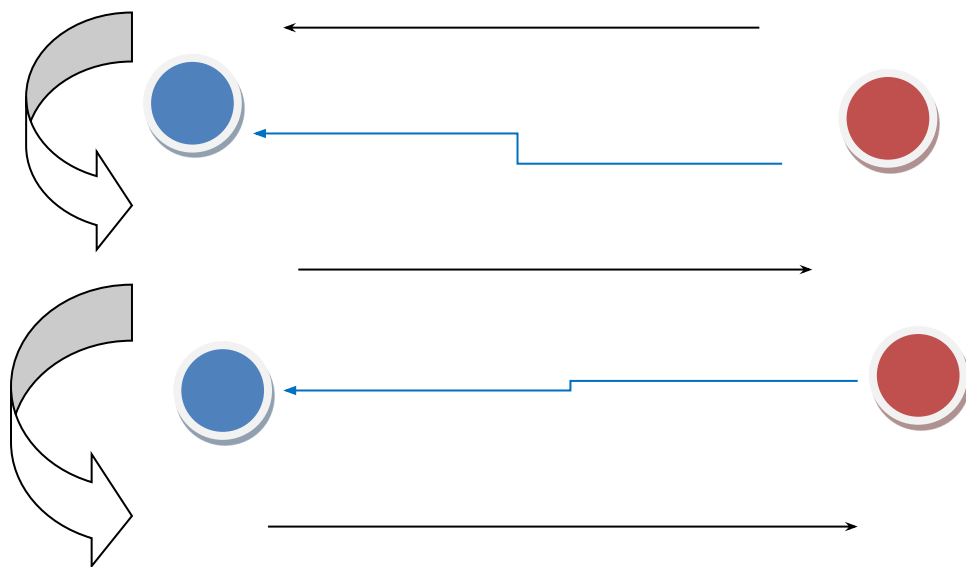
## Парно - групповой вариант отработки элементов баскетбола

2. Учащиеся стоят парами друг напротив друга и по свистку выполняют нижнюю передачу от груди в пол двумя руками партнеру ; (2 мин)



## Парно - групповой вариант отработки элементов баскетбола

3. Учащиеся стоят парами друг напротив друга и по свистку выполняют ведение мяча с возвращением на свое место и имитацией броска от плеча одной рукой на голову партнера в паре; (2 мин)

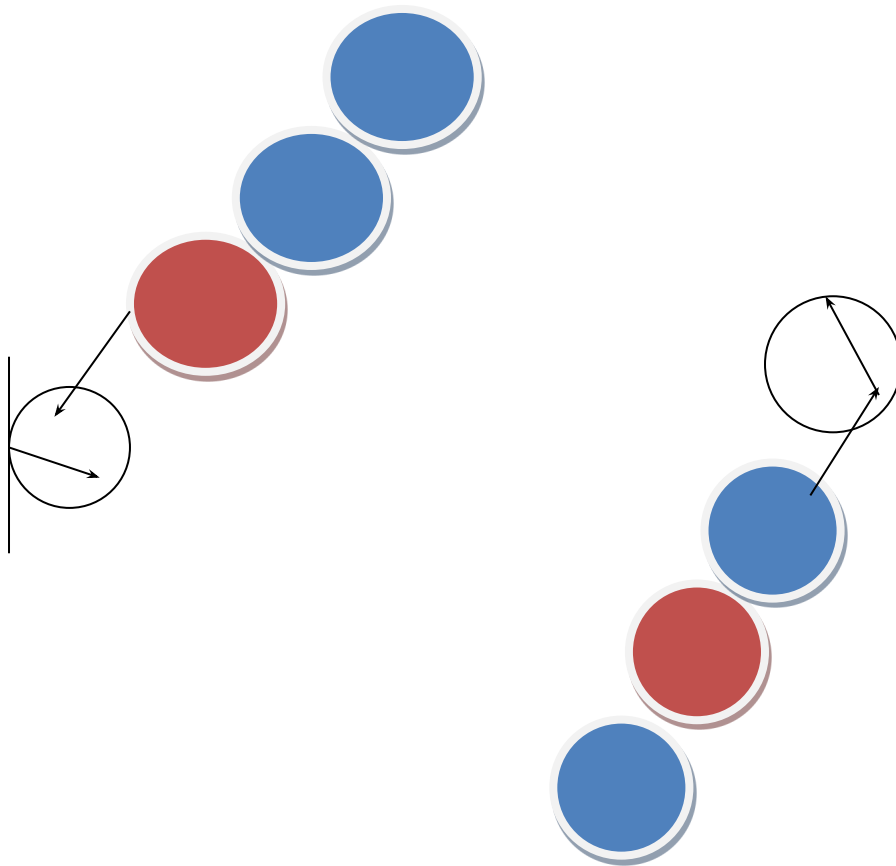




# Парно - групповой вариант отработки элементов баскетбола

## баскетбола

4.Броски по кольцу. (Сбоку от щита). (2 МИН)



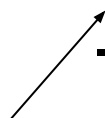
# Примечание



- активный ученик, выполняющий



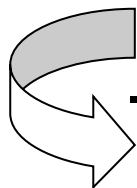
- пассивный ученик, следующий по очереди;



- движение ученика (ведение мяча)

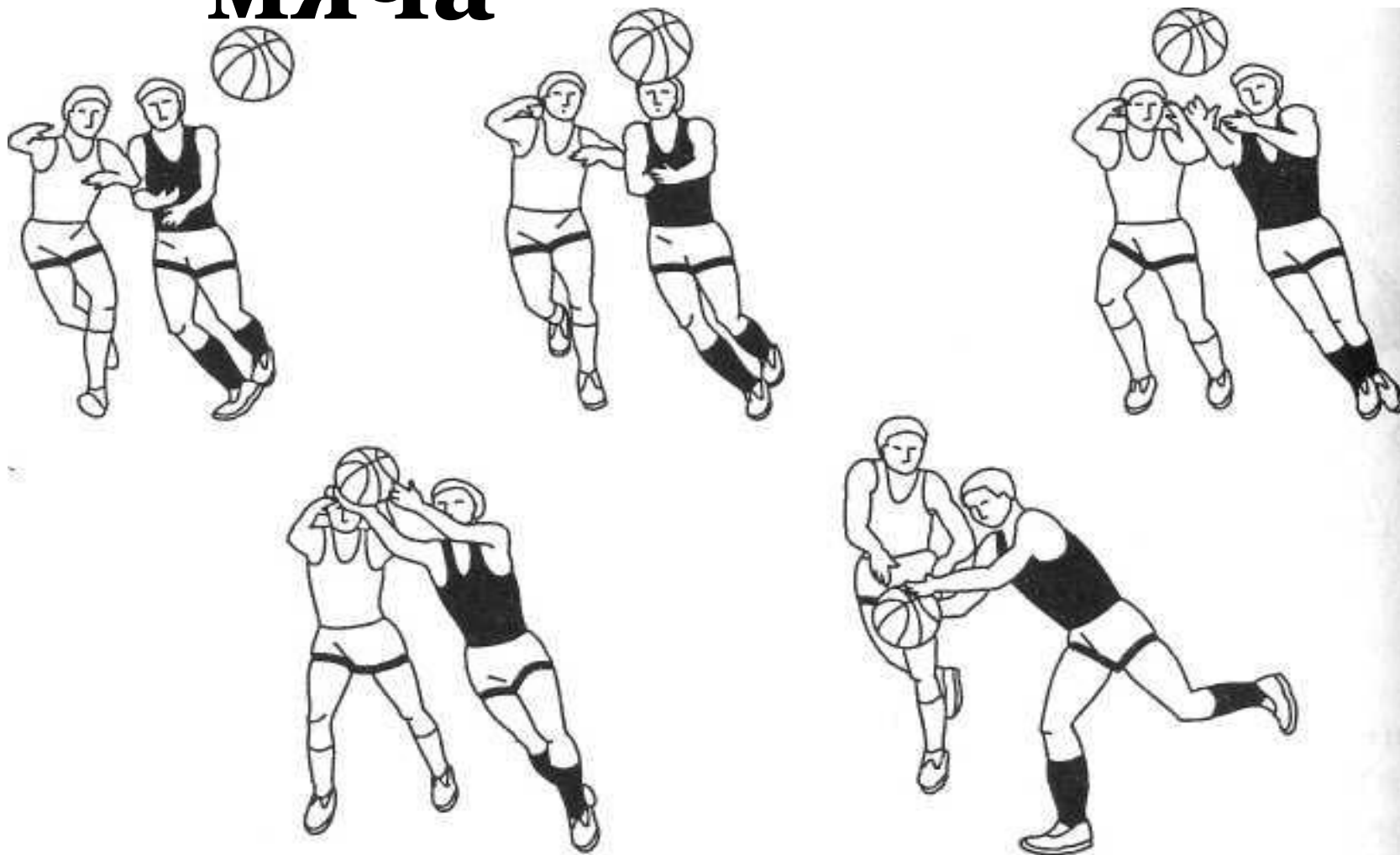


- направление броска

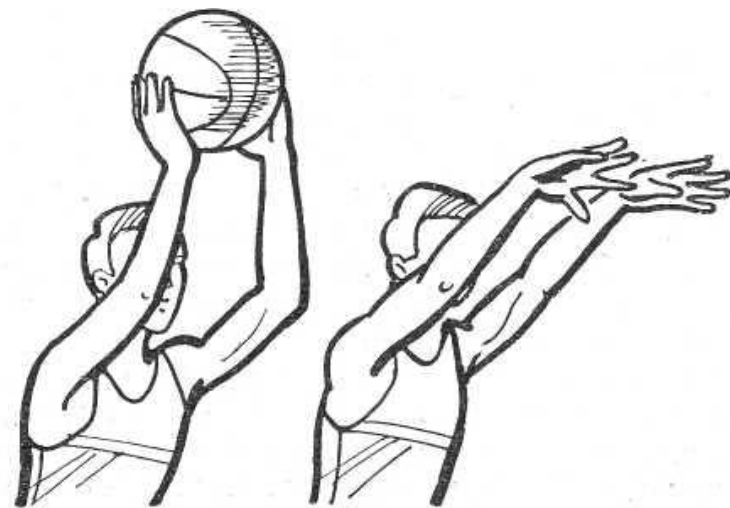
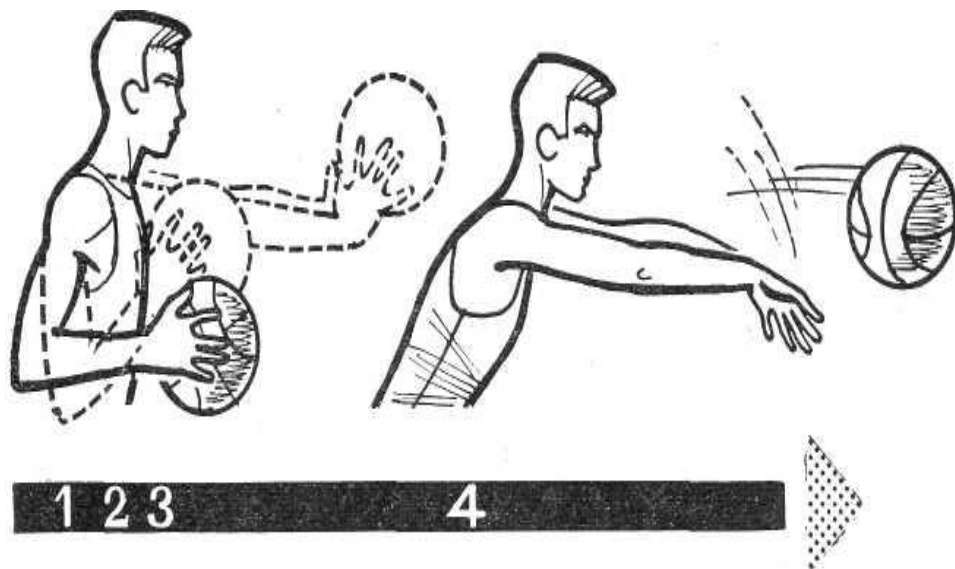


- поворот с ведением мяча

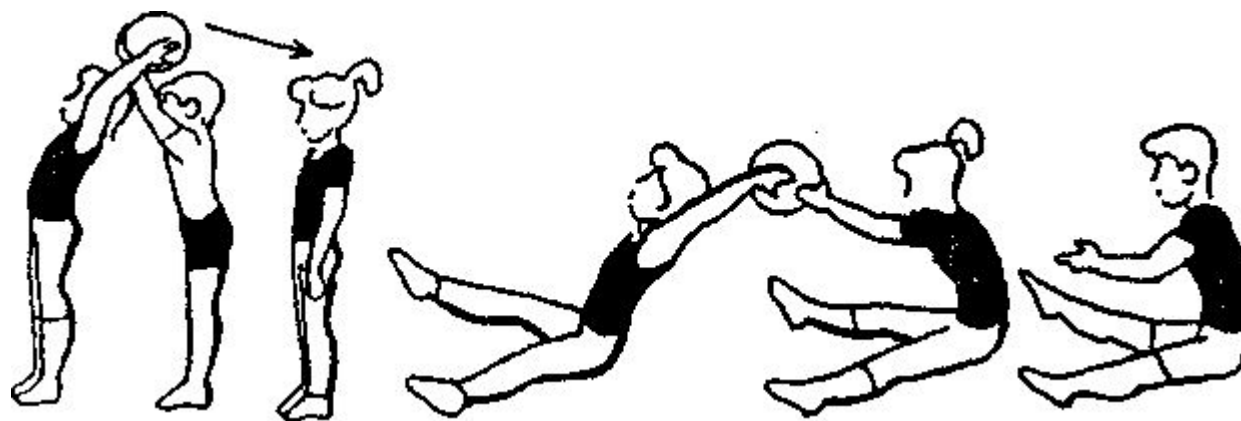
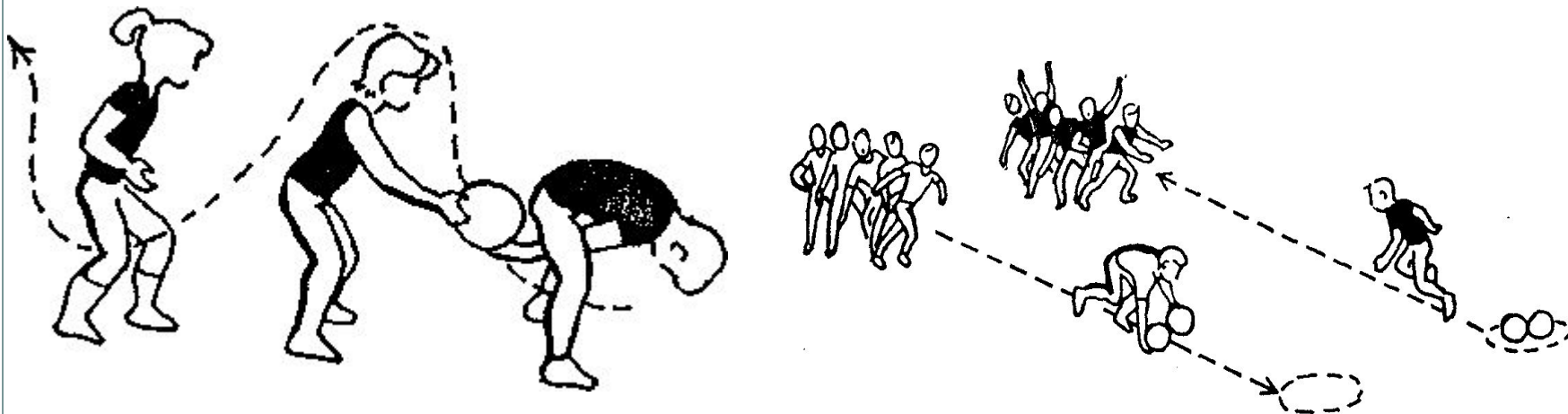
# Схема передач мяча



# Схема ловли мяча



# Эстафета с элементами баскетбола (15 мин)



# Завершение урока

Релаксация: представьте себя на берегу моря, светит солнце вам приятно, вы не чувствуете усталости, вы бодры и полны сил .

С таким же чувством вы сейчас пойдёте на следующий урок, где будете также активно и качественно работать и получать знания;



# Завершение урока

- 1. Подведение итогов** урока, оценивание учеников (друг-друга) по инструктивной карте, выставление оценок.
- 2. Домашнее задание.** «Сгибание, разгибание рук в упоре лежа»
- 3. Организованный уход** из зала