Конспект урока по физической культуре для 9 класса. Студента ГПОАУ АО АПК группы 443 Хоросоженко Александр Юрьевич

 Урок дан: 24.01.17

Учитель класса: Хоросоженко Александр Юрьевич

Задачи: 1) закрепление броска мяча по кольцу с двух шагов, сдача норматива

 2) укрепление опорно – двигательного аппарата

 3) воспитание коллективизма на уроке

Оборудование: баскетбольные мячи, баскетбольные щиты

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частные задачи | Содержание | Дозировка |  ОМУ |
| Подготовительная часть (10-12 мин) |
| Подготовить организм к предстоящей работеУкрепление опорно-двигательного аппарата, быстроты, силы, ловкостиФормирование реакции движенийФормирование двигательных навыков у обучающихсяФормирование ловкости и внимательностиФормирование правильной осанки | 1.Построение, приветствие, проверка готовности к урокуСообщение цели и задачи урока2. ОРУ в парах с мячом1.Выбрасывание мяча из-за головы2.Выбрасывание мяча из-за головы (левой, правой рукой) 3.Выбрасывание мяча от груди с ударом об пол4. Первая колона стоит с ведением мяча на месте, вторая обегает своего напарника, становится на место5. Первая колона передает мяч по верху, вторая по низу с ударом об пол | 1-2 мин1-2 мин1 мин1 мин1 мин1 мин1 мин | Обратить внимание на внешний вид учащихсяЧеткость выполнения упражненияПравильная постановка ног при выбрасывании мячаЧеткость выполнения упражненияВыполнение задания по свисткуЧеткость выполнения упр., мяч стараться не ронять |
| Основная часть (15-20 мин) |
| Ведение мяча с двух шагов бросок по кольцу. Сдача норматива | Показ, рассказ.Упражнение, ведение мяча с разных точек. 1.Ведение мяча с левого угла, левой рукой два шага бросок в кольцо.2. От центра. Ведение мяча, два шага бросок в кольцо С правого угла. Ведение мяча правой рукой, два шага бросок в кольцо | 15-20 мин 6 - 8 раз6 – 8 раз 6 – 8 раз | Перед броском после 2-ого шага нужно ударить 1 раз мячом. Удар мяча, два шага, бросок в кольцо. Выполнение 2 шага нужно делать так, чтобы прыжок оставался на ногу, противоположную руке, которой вели мяч |
| Заключительная часть (3-5 мин) |
| Восстановление организма после работы  | Построение, подведение итогов.  | 3 мин | Выставление оценок |

 Оценка за конспект

 Оценка за урок