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 работе  Укрепление опорно-двигательного аппарата, быстроты, силы, ловкости  Формирование реакции движений  Формирование двигательных навыков у обучающихся  Формирование ловкости и внимательности  Формирование правильной осанки | 1.Построение, приветствие, проверка готовности к уроку  Сообщение цели и задачи урока  2. ОРУ в парах с мячом  1.Выбрасывание мяча из-за головы  2.Выбрасывание мяча из-за головы (левой, правой рукой)  3.Выбрасывание мяча от груди с ударом об пол  4. Первая колона стоит с ведением мяча на месте, вторая обегает своего напарника, становится на место  5. Первая колона передает мяч по верху, вторая по низу с ударом об пол | 1-2 мин  1-2 мин  1 мин  1 мин  1 мин  1 мин  1 мин | Обратить внимание на внешний вид учащихся  Четкость выполнения упражнения  Правильная постановка ног при выбрасывании мяча  Четкость выполнения упражнения  Выполнение задания по свистку  Четкость 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 раз  6 – 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