**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа № 1 п. Пангоды».**

**Конспект урока по физической культуре для обучающихся 6 классов**

**«Передача мяча двумя руками от груди в движении»**

Учитель физической культуры:

Дрожин Александр Иванович

**Тема: «Передача мяча двумя руками от груди в движении»**

**Задачи урока:** совершенствовать технику передачи мяча двумя руками от груди и с отскоком от пола на месте и в комбинации из освоенных элементов; совершенствовать технику броска мяча по кольцу с места со средней дистанции без сопротивления защитника и с пассивным сопротивлением; воспитывать инициативность, взаимовыручку, взаимопонимание, ответственность играющих друг перед другом.

**Инвентарь:** Баскетбольные мячи, стойки, секундомер

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание | Дозировка | Организационно- методические указания |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| I | 1. Построение, сообщение задач урока.  2. Ходьба  3. Бег:  а) бег по диагонали с чередованием бегущих;  б) перемещения приставными шагами правым и левым боком.  4. Вырывание мяча  5. Передача мяча с поворотом, стоя спиной друг к другу:  1) в правую сторону;  2) в левую сторону.  6. Передача мяча:  1-й игрок – передает мяч над головой;  2-й игрок – между ногами | 10′  1′  1 круг  5 кругов  30″  1′  1′ | Обратить внимание учащихся на равнение и осанку.  Соблюдать интервал.  Здесь и далее учащиеся работают в парах.  Вверх-вниз, в стороны. Учащиеся стоят на расстоянии 1 шага друг от друга в стойке баскетболиста.  Стойка – ноги шире плеч.  Поворот выполняется только туловищем; ноги от пола не отрывать.  Учащиеся стоят спиной друг к другу; по сигналу учителя меняются ролями. |

*Продолжение табл.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  | 7. Броски мяча из различных и.п.:  1) из-за головы двумя руками;  2) из-за головы правой, левой рукой поочередно;  3) из положения наклона вперед;  4) из положения стоя спиной к партнеру | 5′ | На расстоянии 4–5 м.  Бросок выполняется за счет выпрямления рук и производится из наивысшего положения.  Стойка – ноги шире плеч; руки, ноги прямые |
| II | 1. Передача мяча двумя руками от груди  1) на скорость;  2) после передачи выполнить наклон вперед;  3) после передачи выполнить прыжок на 3600.  2. Передача мяча с отскоком от пола.  3. Чередование передач от груди двумя руками и с отскоком от пола.  4. Ведение мяча  1) 1-й игрок с ведением обводит партнера, возвратившись на место выполняет ему передачу; второй игрок выполняет то же задание;  2) 1-й игрок выполняет ведение (2 удара мячом в пол) – остановку двумя шагами – передачу партнеру – и вернутся обратно спиной вперед; 2-й игрок – выполняется то же задание | 20′  5′  5′ | На расстоянии 4 м друг от друга.  Обратить внимание на технику выполнения.  1-й игрок выполняет передачу двумя руками от груди и наклон вперед;  2-й игрок выполняет передачу с отскоком от пола и прыжок вверх. По свистку учителя меняются ролями.  Учащиеся стоят на расстоянии 6 м друг от друга.  Если игрок видит, что посланная партнером передача не достигает цели, то он должен выйти к мячу, не дав ему упасть.  Игрок, получивший мяч, приступает к выполнению задания только после возвращения партнера на место |

*Окончание табл.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  | 5. Броски:  1) броски мяча по кольцу с места без сопротивления защитника;  2) штрафные броски. | 5′  5′ | Распределить по кольцам пары. Первый игрок выполняет бросок по кольцу, идет на подбор, отдает мяч партнеру и возвращается на место. Сначала броски выполняются с правой стороны, по свистку – с левой.  Оценивается техника выполнения броска.  Первый игрок выполнил бросок мяча по кольцу, подобрал отскочивший мяч, сделал передачу партнеру и должен выполнить роль пассивного защитника. Нападающий может уйти от опеки защитника с ведением, после чего бросить мяч в кольцо. |
| III. | 1. Ходьба с выполнением упражнений на восстановление дыхания.  2. Подведение итогов урока | 3′ |  |