**План-конспект урока по физической культуре в 9 классе**.

***Раздел: Баскетбол***

***Тема: Перемещение в защитной стойке с мячами и без.***

***Задачи:***

***Образовательные:***

* Совершенствование техники перемещения в баскетболе (передача мяча в движении (игра салки с мячем), ведения мяча с изменением направления; броски мяча в кольцо из разных позиций, персональная опека игрока.
* умение по объективным показателям самоконтроля оценить реакцию организма на выполняемые физические нагрузки.

***Оздоровительные:***

* Развитие двигательных качеств (ловкость, быстрота, выносливости);
* Укрепление сердца, дыхательной системы

***Воспитательные:***

* Воспитание трудолюбия, самостоятельности;
* Воспитание чувства взаимопомощи и взаимовыручки с помощью игры.
* ***Тип урока:*** комплексный
* ***Метод проведения:*** индивидуальный, групповой
* ***Место проведения:*** спортивный зал МОУ СШ №6 ***Инвентарь и оборудование:*** секундомер,баскетбольные мячи, фишки.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частьурока | Содержание | Дозировка | Организационно-методические указания |
| 1. | ***Подготовительная*** | 10 мин. |  |
|  | 1. Построение, сообщение задач урока.

2. игра салки с мячем | 2 мин.8 мин | Настроить учащихся на работу на урокеСовершенствование техники перемещений, передачи, ловли мяча. Взаимодействие друг с другом, моделируют технику игровых приёмов и передач мяча. соблюдение техники безопасности. |
| 2. | ***Основная*** | 25 мин |  |
|  | ***Взаимодействие игроков в нападении и защите***Построение на лицевой линии.1 Чередование спринта и перемещения в защитной стойке в квадрате. Перемещениеспринт1а то же с ведением мяча2 Чередование спринта и перемещения в защитной стойке в диагонале.53 2142а то же с мячем. | 1 мин5 мин5 мин1. мин

7 мин | Совершенствование техники перемещения в защитной стойке с чередованием спринт (бег)-защитная. ( вперед выполняют ускорения лицом до фишки, далее от фишки до фишки перемещаются в защитной стойке, далее от фишки до фишки спринт спиной вперед)То же только с ведением мяча (см выше упр.От 1 фишки к конусу 2 выполняется спринт лицом вперед, перед конусом остановка выполнить два три движения на месте- руки вверху сесть на ноги защитная стойка ноги на месте быстро перебирают), от конуса 2 к фишки 3 перемещение в защитной стойке правым боком, далее обратно от 3 к 2 левым боком, далее от 2 к 4 перемещение в защитной стойке правым , от 4 к 2 в защитной стойке левым, от 2 к 5 спринт лицом вперед от 5 ко 2 бег спиной вперед, от 2 к 1 спринт лицом вперед. |
| 3 | ***Заключительная часть***Стрит-бол. Баскетбол по упрощённым правиламУпражнение на дыханиеОсуществление самоконтроля в конце занятия по объективным и субъективным показателям здоровьяДомашнее задание:Соблюдать двигательный режим во время каникул, Вести дневник самонаблюдения | 10 мин7 мин2 мин1 мин | Совершенствование технико-тактических действий. Взаимодействие со сверстниками и моделирование двигательных действий |