

План- конспект учебно- тренировочного занятия по ДООП «Баскетбол»

Тренер- преподаватель: Шостак Владимир Владимирович

Место проведения: спортивный зал МАОУ «СОШ №9»

Время проведения: 15:30- 14:00 (30 минут)

Методы проведения: групповой, индивидуальный

Оборудование и инвентарь: свисток, баскетбольные мячи, конусы, флип-чарт

Тема занятия: «Передача, рывок и завершение атаки»

Цель занятия: Формирование устойчивого интереса к занятиям баскетболом, обучить технике передачи мяча и рывку к кольцу с завершением.

Задачи:

1. обучить безопасному поведению при занятиях баскетболом, сформировать знания о влиянии занятий баскетболом на здоровье человека;
2. Формирование «чувства мяча»: совершенствование упражнений с мячом на месте и в движении;
3. Совершенствование техники владения баскетбольным мячом (ловля, передача мяча в тройках, броски мяча в движении);
4. Воспитание коллективизма, настойчивость, трудолюбия, волевых и скоростных качеств.

Планируемые результаты

Предметные: обучение технике выполнения передачи мяча, ловли мяча, перемещению и броску в кольцо.

Личностные: формирование достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве игры в баскетбол;

Метапредметные:

познавательные: ориентироваться в разнообразии способов решения задач, узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебного предмета;

коммуникативные: формирование умения принимать решения, находить способы взаимодействия с партнерами во время занятия.

регулятивные: овладение способностью ставить и понимать учебную цель занятия, выявлять ошибки и вносить корректировки на основе учета сделанных ошибок;

Межпредметные связи: биология, основы безопасности и защиты Родины.

Формы работы: индивидуальная, групповая, фронтальная, в парах.

Технологии, применяемые на уроке: опережающего обучения, здоровьесберегающие, игровые, дифференцированного обучения.

Частные задачи	Содержание	Дозировка	Методические указания	Универсальные учебные действия
Подготовительная часть (10 минут)				
Организовать обучающихся	Построение сообщение задач занятия Знакомство с техникой безопасности	3 мин	«В центр зала, Стройся!»	<i>Познавательные:</i> знакомство с планом урока, участие в беседе, формулирование темы и цели. <i>Коммуникативные:</i> умение активно включаться в диалог
Подготовить организм предстоящей работе	Бег: –Равномерный бег –Ускорения по свистку ОРУ на месте: 1. ИП- ноги на ширине плеч, руки на поясе, круговые движения головы вправо, влево; 2. ИП- ноги на ширине плеч, руки на плечи, круговые движения руками; 3. ИП- ноги на ширине плеч, руки на пояс. Наклоны в стороны; 4. ИП- ноги на ширине плеч, руки на поясе, наклоны вперед; 5. ИП- руки на поясе, выпады поочередно левой и правой ногой; 6. ИП- ноги на ширине плеч, руки на поясе, выпрыгивания вверх на месте. ОРУ в движении; 1. Бег с вращением рук вперед и назад; 2. Приставной бег правым и левым боком с соединением рук над собой; 3. Выпады вперед с продвижением	7 мин	Бег в шеренге единой группой Перед ускорением оглядываться назад во избежание травматизма	<i>Личностные:</i> установление роли разминки при занятиях физическими упражнениями <i>Регулятивные:</i> умение правильно выполнять двигательное действие. <i>Познавательные:</i> владение навыком выполнения жизненно важных двигательных умений.
Основная часть (15 минут)				

Совершенствование техники владения б/б мячом	<p>1. Комплекс специальных технических упражнений.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ведение мяча одной рукой вокруг конуса по часовой стрелке и против часовой стрелки; – Переводы мяча перед собой с касанием конуса свободной рукой; – Перевод мяча под левой ногой с последующим переводом мяча перед собой; – Перевод мяча под правой ногой с последующим переводом мяча перед собой; – Перевод мяча за спиной с последующим переводом мяча перед собой. 	5 мин	<p>Координировать высоту контроля мяча.</p> <p>Следить за правильной постановкой свободной руки для контроля мяча.</p> <p>Между переводами разрешен постановочный удар мяча для более уверенного последующего перевода</p>	<p><i>Личностные:</i> умение описывать технику изучаемых приемов и действий, повторять и осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.</p> <p><i>Познавательные:</i> формирование мыслительных операций по каждому из разучиваемых упражнений.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самоконтроль правильности выполнения упражнений.</p>
Закрепление техники ведения мяча и броска в кольцо	<p>2. Комплекс бросков после движения с мячом. Выполнение передвижения «восьмеркой» по спортивному залу с последующим броском в кольцо.</p>	5 мин	<p>Следить за правильным переводом мяча в центре площадки в «нужную» руку.</p> <p>Координировать движение с фиксацией мяча перед броском способом остановки «в два шага».</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> нахождение способов поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.</p>
	<p>3. Упражнения для развития быстрого открывания (рывка) к кольцу после передачи</p> <ul style="list-style-type: none"> – Работа в тройках над передачей и открыванием в свободную зону; – Имитация открывания от соперника (представленного конусом), вбегание в свободную зону; – Получение передачи, отыгрыш с партнером с последующим открыванием к кольцу, получение мяча и завершение броском. 	5 мин	<p>Следить за своевременным открыванием из-под игрока.</p> <p>Следить за точностью передач и своевременным открыванием.</p> <p>Следить за точностью передач от соперника и броском в кольцо.</p>	
Заключительная часть (5 минут)				
	Игра в баскетбол 3х3	5 мин	Контроль игры	<p><i>Познавательные:</i> умение осуществлять анализ выполненных действий.</p>
	Подведение итогов			

			Рефлексия. Опрос об удовлетворенности занятием	<i>Коммуникативные:</i> умение логично и точно излагать свою точку зрения. <i>Личностные:</i> определение собственных ощущений при освоении учебной задачи на.
--	--	--	--	---

Заключение

Новые образовательные стандарты ориентированы на развитие и формирование личности через достижение не только предметных образовательных результатов, но и личностных, метапредметных в условиях реализации ФГОС. Особое внимание уделено овладению обучающимися универсальными способами учебной деятельности, обеспечивающими успешность на всех этапах дальнейшего образования.

И в заключении можно сделать вывод: при однообразии упражнений снижается интерес к занятиям, поэтому при подборе упражнений в различных частях занятия были включены комбинированные упражнения с элементами баскетбола, эстафеты, игры, что позволило заинтересовать школьников, внести элемент новизны и повысить психолого-эмоциональный уровень занятия.

Дети получают массу положительных эмоций и мотивацию для освоения дальнейшего материала программы «Баскетбол».