**Конспект урока**

**Тема урока**: Эстафета с элементами баскетбола.

**Класс:** 4

**Цель урока**: развитие физических качеств посредством упражнений с б/б мячом.

**Задачи урока:**

***Образовательные:***

1. Развивать координацию движений, укреплять основные группы мышц
2. Совершенствовать технику ведения баскетбольного мяча правой и левой руками;

***Оздоровительные:***

1. Содействовать развитию физических качеств (быстроты, выносливости, ловкости) и координационных способностей.

***Воспитательные:***

1. Воспитывать потребность к развитию физических качеств;
2. Воспитывать взаимопомощь, самостоятельность.

**Предметные умения:**

1. Моделировать технику базовых способов передвижения с баскетбольным мячом;
2. Осваивать универсальные умения контролировать скорость движения с мячом;
3. Выявлять характерные ошибки в технике ведения, передачи и ловли мяча;
4. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении упражнений в эстафетах
5. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.

**УУД:**

***Личностные универсальные учебные действия:***

1. Научить ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «настоящий друг»;
2. Формирование положительного отношения к занятиям двигательной деятельностью, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве;
3. Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

***Познавательные учебные действия:***

1. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение,
2. Играть в команде, передавать эстафету, взаимодействие в команде. Объяснять свой двигательный опыт и технику выполнения разучиваемых упражнений и заданий;
3. Осознавать важность освоения универсальных умений , связанных с выполнением упражнений с баскетбольным мячом;
4. Наблюдать и делать самостоятельные простые выводы.

***Регулятивные учебные действия:***

1. Содействовать развитию быстроты реакции, координации движений, ловкости, силы;

2. Развивать творчество, инициативу в двигательных действиях;

3. Прививать интерес к здоровому образу жизни;

4. Способствовать повышению общего функционального состояния организма;

5. Способствовать формированию опорно-двигательного аппарата и правильной осанки

***Коммуникативные учебные действия:***

1. Воспитывать доброжелательные отношения между детьми в совместной

двигательной деятельности;

2. Прививать детям стойкий интерес к подвижным играм, поддерживать в них жизненный оптимизм и здоровый соревновательный дух, поощрять творчество и разнообразную двигательную деятельность;

3. Участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки.

***Тип урока:*** комбинированный

***Методы проведения*:** фронтальный, индивидуальный, игровой.

***Место проведения:***спортивный зал школы.

|  |
| --- |
| **Структура урока** |
| **Этап урока** | **Содержание урока** | **Дозировка** | **ОМУ** |
| 1. Подготовительная часть. 15 мин.

 | **1.** **Построение. Рапорт.** Цель нашего сегодняшнего урока: развитие физических качеств учащихся на основе подвижных игр. Сегодня мы будем играть в ранее изученные игры, развивать навык взаимодействия, быстроту, ловкость, внимание, координацию движений.**2.** А теперь вспомним **строевые упражнения:**Становись! Равняйсь! Смирно! Направо! Налево! Кругом! В обход по залу за направляющим шагом марш! **3. Разминка в движении**.*В ходьбе:*Руки вверх ставь! На носках марш! Руки за голову ставь! На пятках марш! Руки в стороны ставь! На внешней стороне стопы марш! Руки на пояс ставь! В полном приседе марш!Бегом марш. *В беге:*Приставным шагом правым боком марш! Левым боком марш! По свистку выполняем выпрыгивания вверх из полного приседа с хлопком над головой.Шагом марш! По ходу движения берем мяч в правую руку. *Упражнения в движении на развитие ловкости:*1. Круговые вращения мяча вокруг головы вправо, влево.2. То же вокруг туловища3. Восьмерка в движенииНаправляющий, на месте! (жду, когда подойдет весь класс) На месте стой! Раз, два! Налево! На 3-6-на месте рассчитайсь! По расчету вперед шагом марш! На вытянутые руки разомкнулись**4. ОРУ с б. мячом**:**1.** И.п. – стойка ноги врозь, мяч в низу. 1 – мяч вперед 2 – мяч вверх, подняться на носки 3 – 1 4 – и.п.**2. Повороты туловища в сторону**И.п. – стойка ноги врозь, мяч вперед. 1-2 – поворот туловища вправо3-4 – то же влево  **3.** **Наклоны туловища в сторону**И.п. – стойка ноги врозь, мяч вверху.1-2 – наклон туловища вправо3-4 – то же влево**4. Наклоны вниз**И.п. – стойка ноги врозь, мяч вверху. 1-3 – пружинистые наклоны вниз, мяч завести за ноги4 – и.п.  **5. Выпады вперед** И.п. – о.с., мяч внизу. 1 – выпад правой ногой вперед, мяч вверх 2 – и.п. 3 – то же другой ногой4 – и.п.  **6. Приседания** И.п. – стойка ноги врозь, мяч вперед. **7. Прыжки**И.п. – о.с., мяч внизу.1 – прыжок ноги врозь, мяч вверх2 – и.п. и т.д.На этом ОРУ мы заканчиваем. Кругом! На свои места шагом марш! | 2 мин.1 мин.2 мин.2мин.2 мин.6 мин.7-8 раз8 раз8 раз8-10 раз8 раз15 раз 15 раз | Подравняться по носкам. Спина прямая, руки вдоль туловищаКоманды выполняем четко,одновременноРуки прямые, спина прямая, смотрим впередВыше выпрыгиваем вверхМяч головы не касается, голову не наклоняем. Мяч туловища не касается, спина прямаяТянемся вверхРуки прямыеРуки прямые, наклон нижеНоги в коленях не сгибаемНиже выпад, руки прямыеПятки от пола не отрываем, руки прямые |
| Основная часть. 25 мин. | Направо! По залу шагом марш! По ходу движения убираем мячи на место!Направляющий, на месте! На месте стой! Раз, два! Налево!На 1-2 рассчитайсь!Первые номера- первая команда, вторые номера- вторая команда. Начинаем наши эстафеты.1. Катить по полу два мяча одновременно.2.Ведение мяча левой рукой до линии и обратно.3. Ведение мяча правой рукой до линии и обратно.4. Ведение мяча двумя руками до линии и обратно. 5. Ведение мяча, передвигаясь спиной до линии, назад бегом.6.Ведение мяча, бросок в кольцо, ловля, ведение, передача. | 2 мин.4 мин.3 мин.4 мин.4 мин.4 мин.4 мин. | Участники стоят в две колонны. Мячи не теряем, слушаем команды учителяМяч ведем одной рукой, руки не путаем. Стараемся мяч не терять, исключаем двойное ведениеМяч ведем одной рукой, руки не путаем. Стараемся мяч не терять, исключаем двойное ведениеМячи не теряем, исключаем двойное ведениеПри броске мяча в кольцо, локти в стороны не выставляем  |
| Заключительная часть . 5 мин. | Игра на внимание «3-13-33»3 – руки вперед13 – руки в стороны33 – правая рука вперед, левая вниз. Эти движения вы должны повторять за мной. Моя задача вас запутатьПостроение в одну шеренгу.Подведение итогов.Домашнее задание. | 3 мин.2 мин. | Кто ошибется, садится на скамейку. Оценить свою деятельность на уроке.Профилактические упражнения от простуды. |