**План-конспект**

**Урока физической культуры в 6 классе (баскетбол)**

**Задачи урока:**

**-**Обучить технике ведения мяча с изменением скорости одной рукой с обводкой предметов, с последующим перемещением в два шага и броском по кольцу.

-Воспитывать устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

 -Формировать чувства товарищества.

# **Инвентарь:** Баскетбольные мячи, стойки для обводки, секундомер.

**Место проведения:** Спортивный зал.

 **Ход урока:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п\п** | **Наименование структурного элемента урока** | **Время** | **Дозировка** | **Организационно методические указания** |
| I | Вводная часть1.Построение приветствие, сообщение ребятам целей и задач урока.2.Выполнение строевых упражнений (повороты)3.Ходьба по залу (на носках, пятках, на внутренней и внешней сторонах стопы).4.Легкий бег по залу, бег змейкой; пробегая под кольцом, выпрыгивание вверх, руки тянутся к баскетбольной сетке.5.Ходьба по залу, упражнения на дыхание.6.Беговые упражнения:* Приставным шагом;
* С высоким подниманием колена;
* С захлестом голени;
* С крестным шагом;
* Прыжками на одной ноге.

7.ОРУ в движении: * Замочек;
* Вращение рук вперед, назад;
* Повороты в стороны;
* Разминание кистей.

8.Подвижная игра “Салки”. | 2 мин.1 мин.1 мин.2 мин.1 мин.3 мин.2 мин.3 мин. | 2 – 3 раза6 – 8 раз | Сегодня на уроке мы с вами будем учиться выполнятьведение мяча в движении с последующими двумя шагами и броском покольцу, ведение мяча с обводкой стоек. Спина прямая, голову вверх.Соблюдаем дистанцию, при выпрыгивании одноименная рука и колено вверх.Скользящим шагом. Колено выше вверх.Пятки назад.На пятку ногу не ставить.Следить за амплитудой движения.Догнать своего напарника и не сталкиваться с другими. |
| II | Основная часть1.Подвижная игра “Выбей мяч”.2.Построение в две колонны по разные стороны зала:* 1 Колонна выполняет упражнения ведение мяча, два шага бросок в кольцо в одну сторону, обратно – ведение мяча со сменой руки.
* 2 Колонна выполняет упражнения передача мяча в движении, ведение, два шага бросок в кольцо в одну сторону, обратно – ведение мяча с обводкой стоек.

По завершению колонны меняются заданиями.3.Подвижная игра «Салки с мячом» | 4 мин.16 мин.5 мин. | 4 – 5 раз4 – 5 раз | Следить за тем, чтобы мяч не брался в две руки.Обращать внимание на выполнение двух шагов после ведения и броска мяча в щит.Выполнять ведение мяча после передачи мяча в движении, в обводке стоек мяч в две руки не брать. |
| III | Восстановление силМедленная ходьба по залу, выполнение дыхательных упражнений.Игра «Минутка»Подведение итогов урока, выставление оценок | 5 мин. |  | Кто точно посчитает минуту? |

Учитель физической культуры и здоровья: Сведомский Д.Д.