**Урок физической культуры в 5 классе.**

**Тема: «Значение высоты отскока мяча при обводке защитника».**

**Автор: Томашова Галина Фёдоровна, учитель высшей категории**

**МОУ СОШ №27 города Ярославля.**

**Цель:** формирование умения использовать высоту отскока мяча при обводке защитника.

**Задачи:**

1) формировать представление о высоте отскока мяча и значении этой высоты при обводке защитника.

2) совершенствовать ловлю и передачу мяча двумя руками от груди на месте: ведение одной рукой ведение в движении с обводкой условного защитника.

3) закреплять

* знания правил игры в баскетбол, технику двигательных действий, значение двигательной активности;
* закреплять умение останавливать мяч и повторять движение по звуковому и зрительному сигналу.

4) развивать

* осознанное отношение к двигательной активности для организма,
* качества личности: дисциплинированность, коммуникабельность, толерантность.

**Инвентарь:**

* + баскетбольные мячи – по количеству учащихся,
  + флажки красного цвета - 8 шт.,
  + цветные обручи - 3 штуки (красный, жёлтый, зелёный).

**Ход урока.**

**I. Мотивация к учебной деятельности.**

Цель: *создание условий для возникновения у ученика внутренней потребности включения в учебную деятельность («хочу»).*

Построение. Выполнение команд: «Равняйсь! Смирно!»

- Вы любите играть? *(Любим.)*

- Какие спортивные игры вы знаете? *(Баскетбол.), (Волейбол.), (Футбол.), (Хоккей.)*

- Элементы какой игры мы уже разучивали на уроке? *(Баскетбол.).*

- Какие это элементы? *(Передача.), (Ведение…).*

- Эти элементы у вас уже получаются? *(Да.)*

- Хотите продолжить обучение элементам баскетбола?*(Хотим.)*

- С чего начинается каждый урок физкультуры? *(С разминки.).*

- Для чего нужна разминка в начале урока?*(Согреть мышцы.),(Повторить основные элементы движений.)*

- Вам сегодня необходимо начать урок с разминки?*(Да.)*

- Начинаем разминку. **(7-8 мин.)**

**II Актуализация знаний и фиксация затруднения в пробном действии.**

Цель: *организация*

* *актуализации изученных способов действий, достаточных для построения нового знания:передача и ловля мяча двумя руками от груди;перенос мяча за спиной, передавая из руки в руку;пронос мяча под коленом, не отрывая ног от пола; пронос мяча вокруг колена; подбрасывание мяч двумя руками вверх и его ловля; перебрасывание мяча с руки на руку; переносим мяч за спиной, передавая из руки в руку; проносим мяч под коленом, не отрывая ног от пола проносим вокруг колена*
* *мотивации к пробному учебному действию («надо» – «могу» – «хочу»);*
* *самостоятельного выполнения пробного учебного действия;*
* *фиксации индивидуальных затруднений в выполнении учащимися пробного учебного действия или в его обосновании.*

- И.П. Ходьба с различными положениями рук. Руки выпрямляем, следим за спиной. **(1 мин.)**

- Бег с поворотом по свистку. **(1 мин.)**

**-** Соединили ладони, потёрли.

- Кисти соединили, вращение

- Вращение рук. Вращаем энергично. Руки стараемся не сгибать. **(1мин.)**

- Какие мышцы согрели? *(Мышцы рук.)*

- Какие группы мышц ещё необходимо размять? *(Мышцы ног.)*

- Беговые упражнения:

* бег с высоким подниманием бедра (2 прямые),
* бег с захлестыванием голени назад(2 прямые),
* приставной шаг правым боком, левым боком(2 прямые),
* ( бег лицом вперед, спиной вперед**)**(2 прямые),

- Какие разновидности бега могут встретиться в играх?*(Бег спиной.),(Вперёд.), (Приставным шагом).*

- Перестроение в колонну по два.

- Берём баскетбольные мячи, встаём напротив друг друга.

- Подбрасываем мяч двумя руками вверх и ловим его**. (5-6 раз)**

- Перебрасываем мяч с руки на руку(8-10 раз**.)**

- Переносим мяч за спиной, передавая из руки в руку(8-10 раз**.)**

- Наклоняемся, проносим мяч под коленом, по свистку поворот, не отрывая ног от пола, проносим вокруг колена**(6-8 раз.)**

**Передача двумя руками от груди.**

- Как выполняется передача и ловля мяча двумя руками от груди? *(Одна нога впереди, другая сзади, руки вытянуты.), (Как только мяч коснётся ладоней, руки сгибаются, нога идёт назад.), (Затем руки разгибаются, делается шаг вперёд, и мяч отталкивается вперёд.)*

- Можно ли отрывать от пола опорную ногу?*(Нет, будет нарушение правил «Пробежка».)*

- Выполняем передачу мяча двумя руками от груди. Локти опущены вниз, ноги согнуты. **(1-2 мин.)**

**Ведение мяча на месте.**

- Какой рукой можно вести мяч? *(Правой или левой).*

- Можно ли вести мяч двумя руками? *(Нет, будет нарушение правила «Двойное ведение».)*

- Как правильно вести мяч на месте? *(Если вести мяч правой рукой, то левая нога стоит чуть впереди. Мяч находится внизу, чуть впереди игрока. Игрок закрывает мяч корпусом).*

- Выполняем ведение на месте, по свистку – передача. Рука толкает мяч, а не ударяет его. **(2-3 мин.)**

**Ведение с обводкой.**

- Выполняем ведение мяча с обводкой. Напомните, какой рукой нужно вести мяч? *(Дальней рукой от соперника).***(2-3 мин.)**

**Класс перестраивается за лицевую линию.**

- Игрок с мячом – это… *(Нападающий)*

- Игрок противоположной команды – это… (*Защитник*).

- Сейчас выполним ведение мяча с обводкой условного защитника -флажки. **(3-4 мин.)**

**Вместо одного флажка встаёт учитель.**

- Попробуйте обыграть учителя. Получилось? *(Нет.)*

**- Как организовать обводку защитника?**

- Какое я предложила вам задание? *(На пробное действие.)*

- У кого нет ответа на вопрос?

**III. Выявление места и причины затруднения.**

Цель: *организация*

* *восстановления выполненных операций;*
* *фиксации места (шага, операции), где возникло затруднение;*
* *соотнесения своих действий с используемыми эталонами(алгоритмом, понятием и т.д.).*

- Какое задание было у вас? *(Как организовать обводку защитника.)*

- Что не смогли сделать? *(Не смогли провести обводку защитника.)*

- Почему? *(Не знаем правила, приема обведения защитника.)*

*-***IV Построение проекта выхода из затруднения.**

Цель: *организация построения проекта выхода из затруднения: сцелью устранение причины возникшего затруднения.*

- Какая цель встаёт перед вами? *(Узнать правило обведения защитника и научиться обыгрывать защитника за счёт обводки).*

- Но вы, же знаете правила обводки? *(Скорей всего не все.)*

- Что же нужно, чтобы уточнить правила обводки защитника? *(1) Пронаблюдаем, как выполняет обводку учитель. 2) Обратим внимание на те приемы, которые он применяет при обводке. 3) Сделаем вывод. 4) Уточни известный алгоритм.)*

**V Реализация построенного проекта.**

Цель: *организация реализации построенного проекта в соответствии с планом.*

**Учитель выполняет обводку.**

- Что нового вы увидели в действиях учителя? *(Низкое ведение мяча, низкий отскок мяча от пола, согнуты ноги.)*

- Что необходимо сделать с этим новым действием? *(Добавить в алгоритм обводки защитника.)*

- Предлагаю составить алгоритм обводки защитника.

**Подводящий диалог:**

- Первое? *(Обводка защитника проводится дальней от защитника рукой.)*

- Хорошо. Второе? *(Закрывать мяч корпусом.)*

- Третье? *( Согнуть ноги и ниже вести мяч.)*

- Почему нужно согнуть ноги и ниже вести мяч? *(Чтобы отскок мяча был ниже.)*

-Зачем нужен низкий отскок мяча? *(Чтобы защитнику труднее было выбить мяч.)*

-Молодцы! Вы смогли сами составить алгоритм обводки защитника. Повторим его ещё раз.

|  |
| --- |
| **Алгоритм обводки защитника**   1. ***Обводка защитника проводится дальней от защитника рукой.*** 2. ***Закрывать мяч корпусом.*** 3. ***Согнуть ноги и ниже вести мяч.*** 4. ***Проводить низкий отскок мяча.*** |

- Ещё раз уточним, о чём нужно помнить при обводке защитник в игре? *(О высоте ведения мяча.)*

- Кто может назвать тему нашего урока сегодня?*(Высота мяча при обводке защитника.), (Низкое ведение мяча при обводке защитника.), (Соблюдение высоты ведения мяча при обводке защитника.)*

- Позвольте мне уточнить: «Значение высоты отскока мяча при обводке защитника». Согласны? *(Да.), (Конечно.), (Хорошо звучит.)*

**VI. Первичное закрепление во внешней речи.**

Цель: *организация усвоение детьми нового способа действий их проговариванием во внешней речи: фронтально; в парах или группах.*

- Ребята, кто может показать правильное ведение мяча, проговаривая вслух алгоритм своих действий? (*Я могу.), (У меня, наверное, получится.)*

**2-3 учащихся выполняют упражнение – «Правильное ведение мяча, проговаривая вслух алгоритм своих действий».**

- Как будем работать над упражнением «Правильное ведение мяча, проговаривая вслух алгоритм своих действий»? *(В парах, для того, чтобы обязательно смог проговорить каждый.)*

- Каждый выполняет 6-8 раз. Следим за отскоком мяча, исправляем ошибки у себя и помогаем друг другу!

**Выполнение упражнения 4-6 мин.**

- Как поработала ваша пара? *(Отлично сработали!).*

- Всё ли получилось у каждого! *(Все очень старались.), (У девочек не все получается пока.)*

- Вы меня очень порадовали своими успехами!

**VII Самостоятельная работа с самопроверкой по эталону.**

Цель: организация

* *самостоятельного выполнения учащимися заданий на новый способ действия.*
* *соотнесения работы с эталоном для самопроверки (в случае, когда учащиеся начинают осваивать процедуру грамотного самоконтроля возможно соотнесение работы с подробным образцом).*
* *вербального сопоставления работы с эталоном для самопроверки*
* *рефлексии деятельности по применению нового способа действия.*

- Мы работали вместе и получили хороший результат. Что нужно сделать сейчас? *(Выполнить самостоятельно.****)***

- Выполняйте, не забывайте следовать алгоритму! Оцените ваши результаты освоения данного умения

**Учащиеся перестраиваются и выполняют многократное повторение упражнений. (5-7мин.)**

- Проанализируйте свои действия.

* Если у вас получалось следовать алгоритму, не было ошибок и неточностей– положите свой мяч в красный обруч.
* Если вы следовал алгоритму, допускали ошибки, но смогли их исправить - положите свой мяч в жёлтый обруч.
* Если вы старались следовать алгоритму, но есть ещё, над чем поработать - положите свой мяч в зелёный обруч.

- Кто хочет прокомментировать свой результат? *(У меня не было ошибок и неточностей. Я допускал ошибки, но смог их исправить. Я старался следовать алгоритму, но мне ещё есть над чем поработать.)*

- Вы в целом хорошо потрудились, самое главное, что выделили элементы, над которыми, нужно еще работать! Кто может сказать над чем ему надо работать! *(Внимательно следовать алгоритму ведения мяча, следить за* ***высотой*** *мяча.)*

**VIII*.* Включение** в систему знаний и повторение.

Цель: организация

* *выявления типов заданий, где используется новый способ действия;*
* *повторения учебного содержания, необходимого для обеспечения содержательной непрерывности.*

Правила игры в «Салки».

Площадка ограничена линиями. Все игроки с ведением мяча передвигаются по этой площадке. Водящий с ведением мяча пытается «осалить» игроков. Кто осален, садится на скамейку.

Игрок вышел за пределы площадки – пойман.

Игрок, взявший мяч в руки, – пойман.

Игрок, потерявший мяч, – пойман.

- Усложнение игры: водящий не салит игроков, а выбивает мяч.

- Кому удалось выиграть? Почему? *(Я старался соблюдать алгоритм ведения мяча.), (Я следил за тем, чтобы сгибать ноги и правильно выбирать* ***высоту*** *ведения мяча.)*

- Подумайте, в каких играх нам могут пригодиться новые знания, полученные на этом уроке!*(В подвижных играх с ведением мяча, в баскетболе.)*

**IX. Рефлексия учебной деятельности.**

Цель: организация

* *фиксации нового содержания, изученного на уроке;*
* *рефлексивного анализа учебной деятельности с точки зрения выполнения требований, известных учащимся;*
* *оценивания учащимися собственной деятельности на уроке.*
* *фиксации неразрешённых затруднений на уроке как направлений будущей учебной деятельности.*
* *обсуждения и записи домашнего задания*.

**Передвижение в колонну по одному с разным положением рук.**

- С каким затруднением встретились на уроке?*(С обводкой защитника.)*

- Какую цель поставили?*(Научиться обыгрывать защитника за счёт обводки.)*

- Достигли цели?*(Достигли.)*

- Как?(*Составили алгоритм.)*

- Применяя алгоритм, смогли справиться с затруднением?*(Справились.)*

- Кто хочет проанализировать работу класса?*(Работа класса складывалась из работы каждого.)*

- Проанализируйте свою работу:

* Кто может сказать про себя, что работал с полной нагрузкой, затруднений почти не испытывал или быстро с ними справлялся – сделайте 3 шага вперёд.
* Кто трудился, но не до конца использовал свои возможности для преодоления трудностей – сделайте 2 шага вперёд.
* Кто остался стоять на месте, проанализируйте ещё раз свою работу, свои возможности и постарайтесь более активно следовать новым знаниям.

- Пригодятся ли вам эти знания? *(Новые знания нам обязательно пригодятся и на уроках и в любой другой игре.)*

- Спасибо за работу!