

30.12.2021г.

## Конспект внеурочной деятельности в 9 классе.

**Тема:** Индивидуальные действия в нападении в игре.

**Задачи:** Образовательные:

- Совершенствование технико-тактических действий баскетбола (передача мяча разными способами, ведения мяча с изменением направления; броски мяча в кольцо из разных позиций, персональная опека игрока, заслон, позиционное нападение,
- 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.

### Ход занятия

Часть	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
1.	Подготовительная	10 мин.	
	1. Построение, сообщение задач урока.		Настроить учащихся на работу на уроке
	2. Перестроение из одной колонны в две		Совершенствование строевых приёмов
	3. Взаимодействие в паре с 1 мин. атакой кольца Упражнение выполняется от лицевой линии	1 мин.	Совершенствование техники перемещений, передачи, ловли и броска в движении
	4. Взаимодействие 1x1 с атакой кольца. Упражнение выполняется внутри 6-ти метровой линии (дуги) или вблизи баскетбольного щита	3 мин. 5 мин	Взаимодействуют друг с другом, моделируют технику игровых приёмов Следить за правильным выполнением упражнений, соблюдение техники безопасности.
2.	Основная	25 мин	
	Взаимодействие игроков в нападении и защите	1 мин	Совершенствуют технику игры
	Перестроение из одной	7 мин	1 игрок располагается у лицевой линии с мячом. 2 – у средней линии в центральном круге, 3- вблизи

колонны в колонну по три	5. мин	баскетбольного кольца справа от него. 1 – выполняет передачу второму, ловит обратно мяч и перемещается к 3 игроку. Передаёт мяч 3 игроку, ловит его обратно и выполняет бросок с двух шагов. После броска 2 игрок меняется местами с 3 игроком, 3 игрок меняется местами со 2 игроком, а 2 игрок выполняет бодбор и уходит в конец колонны
1 Взаимодействие в тройке	7 мин	
2 Большая восьмёрка в тройке	5 мин	
3 Взаимодействие 2x1, 2x2 без заслона		
4 Взаимодействие 2x2 с заслоном		

Игроки располагаются у лицевой линии. У 2 игрока мяч. Перемещаясь по площадке, соблюдая правила баскетбола, атакуют противоположное кольцо

Игроки располагаются у лицевой линии. Два игрока на линии, один игрок с мячом впереди на 2 метра, лицом к игрокам. Тот игрок получивший передачу, становится нападающим, а игрок без мяча активным защитником. Затем игроки меняются местами. Цель игры забросить мяч. То же и 2x2

Упражнение см. выше. Перед противоположным щитом атаки стоят два игрока, выполняющие заслон

#### Заключительная часть

Стрит-бол. Баскетбол по упрощённым правилам

Упражнение на дыхание 10 мин

3 Осуществление самоконтроля в конце занятия по объективным и субъективным показателям здоровья 7 мин  
2 мин

1 мин

Домашнее задание:

Соблюдать двигательный режим во время каникул, вести дневник самонаблюдения

Совершенствование технико-тактических действий. Взаимодействие со сверстниками и моделирование двигательных действий