

*Материалы участника муниципального этапа  
конкурса «Учитель года - 2011»  
учителя физической культуры МОУ «СОШ № 12» г. Воркуты  
Семеновых Марии Валерьевны  
Конкурсное мероприятие «Урок»*

**Тема: «Я и мяч-другья».**

**Цель:** формировать знания и умения о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника, стимулировать индивидуальность на уроках.

**Задачи:**

1. Обучающая. Обучать ловле мяча на месте в баскетболе, в игровых ситуациях.
2. Воспитывающая. Воспитывать осмысленное отношение к выполнению заданий, самостоятельности, духа коллективизма.
3. Развивающая. Развитие умений работать в группе, развитие координации движений

**Тип урока:** изучение нового материала.

**Метод проведения:** игровой, индивидуальный, групповой.

**Место проведения:** спортивный зал МОУ «СОШ №12» г. Воркуты

**Инвентарь:** баскетбольные мячи (по количеству детей), стойки, футбольные мячи -3 шт., волейбольные мячи — 4 шт., обручи, игрушки, воздушные шары (по количеству детей).

**Ход урока:**

Содержание урока	Деятельность учителя	Деятельность ученика
Подготовительная часть. 4-5 мин.	Дети забегают зал вместе с учителем. У нас сегодня не простой урок, а урок-праздник. Обращаем внимание на надпись: «С днем рождения». А что, у Вас у кого-то День рождения? Нет! А День рожденья бывает только у людей? Я вам загадаю загадку, а вы попробуйте догадаться, на чей День рожденья нас сегодня пригласили. Загадка:  Стукнешь о стенку - я отскочу, Бросишь на землю — я подскочу. Я из ладоней в ладони лечу. Смирно лежать я никак не хочу. (Мяч)  Правильно, ребята. День рождения мяча. Но кроме нас, мячик пригласил еще много	Ответ детей на все вопросы.          Дети бегают по залу, собирают мячи.

	друзей. Нам нужно их всех собрать.	
5 мин	<p><b>Разминка.</b></p> <p>На день Рождения без подарка не ходят, давайте мы нашему имениннику подарим что-нибудь, например, шары. Представим, какие шары вы подарите имениннику. А еще мы для именинника шарики нарисуем. Но у нас нет ни мела, ни кистей, нам помогут в этом части тела. Давайте встанем в круг.</p> <p><b>Перестроение в большой круг:</b>  Раздувайся пузырь,  Раздувайся большой,  Оставайся такой,  Да не лопайся.</p>	Дети встают в круг и выполняют упражнение
	<p><b>Комплекс упражнений «Рисуем шары»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Рисуем головой»: ноги на ширине плеч, руки на поясе; круговые вращения головой. (влево).</li> <li>- «Рисуем локтями»: ноги на ширине плеч, руки к плечам; круговые движения локтями вперед (4 раза); круговые движения назад (4 раза).</li> <li>- «Рисуем кистями»: руки прямые вперед, круговые вращения кистями</li> <li>- «Рисуем туловищем»: ноги на ширине плеч, руки на пояс (4 раза).</li> <li>- «Рисуем ногой»: правая нога согнута в колене, руки на поясе; круговое движение коленом левой (правой) ноги; вернуться в и. п. (4 раза)</li> <li>- «Рисуем стопой»: одна нога согнута в колене и поднята, руки на поясе; вращательные движения стопой в одну и</li> </ul>	Выполнение комплекса упражнений.

	<p>другую сторону (8 раз).</p> <p>Молодцы! Я думаю, имениннику понравились ваши красивые шары. Давайте похлопаем сами себе.</p> <p>А знаете, почему мяч сегодня именинник? В этом году исполняется 120 лет игре баскетбол, а главный герой этой игры — баскетбольный мяч. Баскетбол — английское слово, где «бол» - это мяч, «баскет» - корзина. Давайте вспомним еще названия игр со словом «бол» - (волейбол, гандбол, футбол)</p> <p>А чем отличаются эти игры друг от друга: баскетбол, волейбол, футбол?</p> <p>Однажды один американец придумал игру, в которой мяч нужно было забросить в старую корзину из-под персиков. Сейчас эта корзина в игре называется кольцо. Игра заключается в том, чтобы забросить мяч в кольцо противника. Есть еще золотое правило игры: в баскетбол играют только руками. В эту игру играют во всем мире, в нашей школе тоже есть баскетбольная команда. (Перестроение)</p> <p><i>(Дети-баскетболисты показывают элементы игры).</i></p> <p>Красиво. Но этому нужно долго учиться. А теперь и мы попробуем почувствовать себя спортсменами-баскетболистами. Давайте начнем работать. Нам помогут в этом друзья именинника, т. е. мячи.</p>	
<p>Основная часть. 15 мин.</p>	<p><b>Перестроение</b></p> <p>Направо! За направляющим шагом марш!</p> <p>Перестроение в одну шеренгу (вдоль стены) На месте стой раз, два. Направо! Один шаг от стены, марш.</p>	<p>Проходят берут мячи</p>

	<p>Внимание! Начинаем работать. Удачи Вам! <i>Ну а следующая игра Требует от игрока Ловкости, умения, Большого вдохновения.</i></p> <p>Оцениваю деятельность ребенка в ходе достижения результата каждого упражнения.</p> <p>Объяснить правильную работу рук (ладошки открыты)</p> <p>Наблюдаю, консультирую.</p> <p>Оценка учителем: понравилась ли вам работать с мячом?</p> <p>- Посмотрите, как радуется мячик!</p> <p>Молодцы! Хорошо!</p> <p>Направо, за направляющим шагом марш!</p>	<p>Каждый начинает выполнять упражнения с мячом:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подбрасывание мяча вверх и ловля мяча двумя руками. (1мин)</li> <li>2.Бросок мяча вверх, хлопок руками. (1мин.)</li> <li>3. Бросок мяча вверх, присесть, вставая поймать мяч.(1мин)</li> <li>4. Бросок мяча вверх правой (левой) руками, ловля двумя руками. (1 мин.)</li> <li>5. Бросок мяча вверх, после удара о землю поймать. Два раза ловить двумя руками, по одному разу левой и правой руками. (1 мин.)</li> <li>6. Бросить мяч на пол, когда он подпрыгнет, отбить его обратно вниз ладонью, а после второго прыжка поймать. (1 мин.)</li> </ol> <p>Положили мячи.</p>
	<p><b>Перестроение в три команды.</b></p> <p>Как вы думаете, зачем мы перестроились в три команды?</p> <p>Правильно, теперь мы потренируемся в работе с мячами.</p> <p>Эстафеты с мячами (лицом к выходу)</p>	<p><b>«Прокати мяч».</b> (2-3 мин.) Катить мяч правой рукой до фишки,обратно возвращаемся бегом с мячом в руках.</p> <p><b>«Мяч водящему».</b> Все стоят в колоннах. Водящий впереди с мячом на расстоянии 2 м. По сигналу учителя</p>

		<p>водящие бросают первому игроку мяч, те возвращают мяч водящим и становятся в конец колонны. Когда первым окажется игрок, начавший игру, он поднимает руки вверх. Игра окончена. (2 мин.)</p> <p><b>«Положи – принеси».</b> Первый стоит с мячом в руках, по сигналу добегают до обруча, оставляет там мяч, возвращается, передает эстафету касанием руки справа. Второй бежит к обручу, забирает мяч, возвращается обратно, передает следующему. (2-3 мин.)</p> <p><b>«Передача мяча над собой».</b> Последний выбегает вперед и снова передает. Эстафета закончена, когда первым окажется игрок, начавший игру. (2 мин.)</p> <p><b>«Туннель».</b></p> <p>Стоят на расстоянии вытянутой руки, ноги на ширине плеч. Игрок, стоящий последним в колонне, прокатывает вперед небольшой мяч между ногами партнеров, а игрок, стоящий первым, должен быстро среагировать на выкатившийся вперед мяч, поднять его, устремиться в конец колонны, обжав стоящих игроков, и в свою</p>
--	--	--

		очередь прокатить мяч вперед. И так, пока все игроки не проделают то же самое. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.(2 мин.)
Заключительная часть. 5 мин.	<p><b>Дыхательная гимнастика.</b>  <i>Вот мы с вами поиграли.  Вы немножечко устали.  Чтобы силы нам набраться,  Будем вместе расслабляться.</i></p> <p>Молодцы, ребята! Посмотрите, как рад за вас мячик. Давайте помашем ему рукой. Вам понравилось играть в команде? Кто бегал быстрее, чем обычно? Кого мячик сегодня слушался? Кто думал не только о себе, но и о команде?</p>	<p>Все дышите (свободное дыхание через нос), не дышите (задержка дыхания). Все в порядке, отдохните. Вместе руки поднимите (вдох). Превосходно! Опустите (выдох). Наклонитесь, разогнитесь. Встаньте</p> <p>п р я м</p>
Рефлексия	<p>Давайте подведем итог.  Давайте расскажем нашему мячику, чему мы сегодня научились.  Это и была тема нашего сегодняшнего урока «Ловля и мяча и на месте»  Ребята! На полу находятся обручи. Каждый должен выбрать свой цвет обруча и положить в него мячик:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• зеленый – у меня все получилось на уроке;</li> <li>• желтый – надо еще поработать;</li> <li>• красный – у меня ничего не получилось</li> </ul>	<p>Ответы детей на вопросы.  Подходят к обручам и берут по цвету.</p>
	Вот и закончен урок. Спасибо за сотрудничество! В начале урока мы рисовали шары и дарили их нашему имениннику, а теперь наш именинник	Разбирают шары.

	тоже хочет подарить вам по шарикку на память о нашем уроке. (Шарики дарят баскетболистки)	
	<p>Если вам понравилось играть с нашим именинником, то к следующему уроку подберите стихи, загадки про наш мячик и мы продолжим с ним работу.</p> <p>Мы подружились сегодня с баскетбольным мячом, он будет вашим другом на протяжении всей вашей школьной жизни. Давайте скажем ему до свидания и помашем рукой.</p>	