План конспект уроку № 48

Для учнів 6 класу

Тема :спортивні ігри (баскетбол).

Завдання:1. Історія розвитку баскетболу;

2.Закріпити комплекс ранкової гігієничної гімнастики (РГГ);

3. Вчити заволодіння м’ячем : відбивання, виривання, укривання м’яча ,вибивання;

4.Розвивати фізичні якості: стрибучисть;

Хід заняття:

1. Історія розвитку баскетболу.

Історичний аспект.

Історичні знахідки в Південній Америці дали підставу вважати, що попередником гри в баскетбол є гра «пок-та-пок», яка виникла близько 2500 років тому в племенах інків, майя та ацтеків. Кам’яна стіна огороджувала ігровий майданчик, по краях якого високо над землею висіло по одному дерев’яному кільцю. Дві команди (3–4 особи в кожній) змагалися, хто закине більше каучукових куль у кільце суперника. За правилами грати можна було тільки ліктями, колінами або стегнами, за гру руками суворо карали. Майя й інки грали в цю гру, щоб розважитися, а ацтеки ставилися до неї, як до священного дійства. Вони споруджували майданчик поруч із храмом та до початку гри запрошували жреця «освятити» його. Жрець чотири рази кидав м’яч у кільце й відразу поступався місцем гравцю.

Однак справжньою батьківщиною баскетболу по праву вважається США, зокрема місто Спрингфілд штату Массачусетс. Наприкінці ХІХ сторіччя, 1891 року, доктор Джеймс Нейсміт (1861–1939), викладач фізичної культури, випадково вигадав нову гру. Гра настільки сподобалася молоді, що через рік Нейсміт вигадав тринадцять правил для гри. Багато з них дійсні й до сьогодні. Згодом, після проведення перших змагань, ці правила дещо змінилися. Однією з причин цих змін було те, що були введені щити, до яких кріпилися кошики. Так, 1893 року вперше з’явилися залізні кільця з сіткою, наступного року була збільшена довжина обхвату м’яча до 76,2–81,3 см.

У 1894 році баскетбол вийшов на офіційний рівень, були опубліковані перші офіційні правила гри. У 1895 році були введені штрафні кидки з відстані 5 метрів 25 сантиметрів. Із Сполучених Штатів баскетбол поширився спочатку в країни Сходу – Японію, Китай, а потім в Європу і Південну Америку.

На ІІІ Олімпійських іграх у Сент-Луїсі 1904 року американці організували показовий турнір між командами декількох міст. Від 1919 до 1931 року почали виникати національні федерації баскетболу. Баскетбол почав інтенсивно розвиватися в Європі: Чехії, Литві, Естонії, Латвії, Італії, Франції. 18 червня 1932 року в Женеві була утворена Міжнародна федерація баскетболу (FIBA), до якої увійшли 8 країн. Генеральним секретарем було обрано сера Вільяма Джонса. У 1935 році відбувся І чемпіонат Європи (Женева) з баскетболу серед чоловіків. Переможець – команда Латвії. У 1938 році– І чемпіонат Європи серед жінок – чемпіоном стала команда Італії (Рим). До програми ХІ Олімпійських ігор баскетбол було введено 1936 року. У Берліні на турнірі взяли участь команди 21 країни. Переможцем стала команда США. Золоту медаль разом з командою отримав і засновник баскетболу Джеймс Нейсміт.

2.Закріпити комплекс ранкової гігієничної гімнастики (РГГ);

<https://www.youtube.com/watch?v=GyxBNiNMDv0>

3.Вчити заволодіння м’ячем : відбивання виривання, укривання м’яча ,вибивання

<https://www.youtube.com/watch?v=zxORkbFmzfg>

<https://www.youtube.com/watch?v=rJdvncHERXI>

4.Розвивати фізичні якості: стрибучисть.

<https://www.youtube.com/watch?v=s5D1BZ5ktH4&t>

Домашнє завдання:

Закріпити комплекс РГГ. Вчити історію розвитку баскетболу. Вчити заволодіння м’ячем : відбивання виривання, укривання м’яча ,вибивання. Розвивати фізичні якості: стрибучисть.