План конспект уроку № 60

Для учнів 7 класу

Тема :спортивні ігри (баскетбол).

Завдання:

1.Повторити комплекс ЗРВ.

2.Розвивати спритність;

3. Вчити вибору ігрового моменту для перехоплення, підбирання, виривання та вибивання м’яча

4. Ознайомити з міні баскетболом.;

5. Повторити пересування;

Хід заняття:

1.Повторити комплекс ЗРВ;

<https://www.youtube.com/watch?v=97KR4v2hmuI&t=35s>

2.Розвивати спритність;

<https://www.youtube.com/watch?v=ZViIFi3AUKI&t>

3. Вчити вибору ігрового моменту для перехоплення, підбирання, виривання та вибивання м’яча

<https://www.youtube.com/watch?v=rJdvncHERXI&t=25s>

4. Ознайомити з міні баскетболом

початку 1950-х років американець Джей

Арчер. Гра, призначена для дітей 6–12 років, поділяється на два рівні: власне міні-баскетбол (вікова група 9–12 років) і мікро-баскетбол (для дітей до 9 років). Ігровий майданчик та інвентар адаптовано до дитячого віку.

Довжина майданчика – 28 м, ширина – 15 м. Кошики кріпляться на висоті 2 м 60 см, сам щит теж менше, ніж у класичному баскетболі: 1,2х0,9 м. М’яч масою 450–500 грамів, окружність – 680–730 мм (для дітей до 9 років маса м’яча становить 300–330 грамів, а окружність – 550–580 мм). Розмітка ігрового майданчика для міні-баскетболу відповідає розмітці стандартного баскетбольного майданчика, але там немає лінії, що обмежує 3-очкову зону, а лінію штрафного кидка проведено на відстані 3,6 м (варіант: 4 м) від щита.

У міні-баскетбол грають команди по п’ять гравців у кожній, хоча допускаються і «зменшені» склади – навіть до 2х2. Нерідко проводяться матчі між змішаними командами (до складу яких входять і хлопчики, і дівчатка). Гра триває чотири тайми по 6 хвилин. Дещо відрізняються від класичного баскетболу і самі правила гри. У міні-баскетболі, наприклад, не фіксується «чистий» час і не діє «правило трьох секунд».

5. Повторити пересування

<https://www.youtube.com/watch?v=A4o-STZX68o&t=8s>

Домашнє завдання:

1 . Виконай комплекс ЗРВ та вправи для розвитку спритності;

2.Дай відповідь на питання:

а.) якої лінії немає в міні-баскетболі?

б.) з якої відстані виконують штрафний кидок?

в.) яка тривалість гри?

г.) які правила гри не діють в міні-баскетболі?

БЖД. Повторити пересування. Комплекс ЗРВ. Міні баскетбол. Вчити вибору ігрового моменту для перехоплення, підбирання, виривання та вибивання м’яча. Звільнення від опіки: заслон. Розвиток спритності.