

Технологическая карта

учебно-тренировочного занятия учащихся (юноши 2004-05 г. рождения) по Баскетболу МБУ ДО ДЮСШ №9

Вид спорта: Баскетбол

Группа: ЭНП-1

Тема Занятия:” Техническая подготовка баскетболистов-юношей 10-11 лет”

Тип занятия: Закрепление ранее изученного материала и получение новых навыков

Цель -улучшить технику перемещения и технику ведения мяча;

-сформировать представление о технике броска по кольцу в баскетболе.

Задачи:

Образовательная:

- 1.Повторять технику перемещения (остановки, повороты, защитная стойка.)
- 2.Повторять ведение мяча на месте и в движении
- 3.Обучить броску с места и после 2-х шагов

Развивающая:

Развивать ловкость и координационные способности.

Оздоровительная:

Укреплять здоровье, содействовать нормальному физическому развитию: формирование правильной осанки, повышение общей работоспособности и привитие гигиенических навыков.

Воспитательная:

Воспитывать личностные качества (эстетические, нравственные, волевые и т.д.), содействовать развитию психических процессов.

Место проведения: спортивный зал МБОУ «СОШ №107»

Время проведения: 18.00- 20.15(135минут-3 академических часа). «12» марта 2019года

Инвентарь: баскетбольные мячи по кол-ву учащихся, стойки.

Наглядность: плакаты и карточки по разделу «Баскетбол», видеоряд.

Педагог доп. образования: Старовойтов Михаил Андреевич

Учебно-методическое обеспечение: <https://shkola2-0.ru/sportrzal/basketball/vedenie>

<https://shkola2-0.ru/sportrzal/basketball/brosok/>

<https://shkola2-0.ru/sportrzal/basketball/zaschita>

Часть занятия	дозировка	Деятельность тренера	Деятельность обучающегося	Организационно методические указания
1. Организационный момент. (5мин.)	2мин.	1. Даю свисток и собираю всех детей возле себя. Здравуюсь, создаю радужное настроение и настраиваю на работу: - “Как дела в школе?” - “ Вы готовы сегодня поработать?”	1. Дети занимают удобную позицию возле тренера. Приветствуют тренера и друг друга. Внимательно слушают и отвечают на вопросы.	1. Дети перестают стучать мячами и шуметь.
	3мин.	2. Сообщаю задачи на занятие и поясняю что будет нового. Задаю вопрос:” кто может вспомнить и показать, что он запомнил с прошлого занятия?”	2. Дети слушают, задают вопросы на тему выполнения новых упражнений. Отвечают и дополняют ответы друг друга на поставленный вопрос.	2. Правило “один в эфире” когда один говорит остальные слушают.

II. Подготовительная часть. (30 мин.)

8 мин.	1. Объясняю правила первого упражнения под названием «Снеговик»: - «Обводим все круги в спортзале». Даю свисток и корректирую действия занимающихся.	1. Ребенок со своим мячом бежит ударяя его в пол, оббегая все круги.	1. - Обязательно вести мяч дальней рукой от круга; - мяч не подскакивает выше пояса.
7 мин.	2. Напоминаю условия следующего упражнения «Змейка» - «Ведем мяч по заданным линиям и выполняем задание». Даю свисток и корректирую действия занимающихся.	2. Дети с видением мяча перемещаются по заданным линиям и соблюдают указания тренера.	2. - В защитной стойке ниже; - мяч в руки на поворотах не брать.
8 мин.	3. Напоминаю правила игры « Кто лучше ведет мяч ». - «Каждый ведет свой мяч дальней рукой от соперников, в ограниченной зоне и старается выбить мяч у соперника, не дав выбить свой.»	3. Ведут мяч соблюдая все правила игры. После того как их выбили, подходят и спрашивают вои ошибки- «Почему меня выбили?»	3. - При выбивании нельзя толкать и задевать другого игрока.
7 мин.	4. Напоминаю правила еще одной игры «Ловишка». – «В ограниченной зоне занимающиеся ведут мяч, есть 2 водящих без мяча, которые могут их осалить, после касания водящего любого игрока, тот останавливается и широко расставляет ноги, для того чтобы его могли спасти проскользнув между ног».	4. Дети обязательно соблюдают правила, так как в этой игре есть очень важный технический элемент остановка и стойка баскетболиста	4. - Не толкать и не хватать игроков, а просто касаться верхней части тела. - Следить за перемещениями других игроков по площадке.

**Основная часть.
(75мин.)**

25мин	<p>1.После подготовительной части задаю вопрос: - “Хорошо размялись ребята? Готовы приступить к более серьезной работе? Ни у кого ничего не болит?”</p> <p>2.Приступаю к объяснению следующего задания “Работа с мячом над техникой и установкой контроля над ним.”</p> <p>А) - “Вращение мяча вокруг головы, туловища и ног в обе стороны”</p> <p>Б) - “Подбрасывание мяча на одной руке и из руки в руку”</p> <p>В) - “Ведение мяча на месте правой, левой рукой с низким и средним по высоте отскоком.”</p> <p>Г) - “подброс и ловля мяча над собой”</p> <p>Д) - “Повороты на опорной ноге в правую и левую сторону.”</p> <p>Е) - “Вышагиваете на опорной ноге за защитника”</p>	<p>1.Дети отвечают, тем временем восстанавливают дыхание.</p> <p>2.Внимательно слушают и задают вопросы по правильности выполнения задания.</p> <p>А) Б) В) Г) Д) Е) -Выполняют упражнения соблюдая технику и все методич-ие указания тренера, при выполнении смотрят не только на тренера, но и на своих друзей, а также подсказывают им и задают вопросы тренеру.</p>	<p>1. -Дать каждому высказаться.</p> <p>2.Пояснять все неясности в задании.</p> <p>А) -Передавать мяч из руки в руку</p> <p>Б) -ладошки мяча не касаются,форма”Воронки”</p> <p>В) -Ноги согнуты; -спина прямая; -правой справа, левой слева.</p> <p>Г) -руки встречают мяч сверху; -подходить под мяч.</p> <p>Д) -Локти в стороны.</p>
15мин	<p>3.Перешли к следующему упражнению объясняю: -” Ведение мяча в заданном направлении с защитником “взял себе одного помощника и вместе с ним показываю упражнение. Даю свисток и корректирую действия занимающихся.</p>	<p>3.Нападающий дальше от защитника рукой ведет мяч, а защитник правильно занимает позицию, после выполнения обсуждают ошибки друг друга.</p>	<p>Е) -Мяч прятать в карман; -укрывать мяч корпусом.</p> <p>3. -Укрывать мяч корпусом; -защитник смотрит на мяч; -защитник от мяча не отворачивается.</p>
10мин	<p>4. Объясняю следующее задание</p> <p>Остановки прыжком и Двумя шагами:</p> <p>А) - “По свистку начинают ведение и по свистку останавливаются остановкой прыжком”.</p> <p>Б) - “По свистку начинают ведение и</p>	<p>4. Внимательно слушают, выполняют имитацию на месте, вместе с тренером затем приступают к работе.</p>	<p>4. -Не стучать мячами.</p> <p>А) -С последним ударом мяча толкаемся любой из ног и приземляемся на 2 ноги;</p>

IV.Заключительная часть. (10мин.)	4мин.	1.Объясняю правила игры на внимание и восстановление дыхания: - “Рука вверх дети присели, рука вниз-встали, влево-шаг вправо, вправо-шаг влево”	1.Слушат и восстанавливают дыхание. Выполняют условия игры.	1.Самый не внимательный получает задание собрать стойки на площадке.
	3мин.	2.Разбор ошибок,спрашива у ребят:- “Как вы считаете на сколько % сегодня выложился каждый из вас? ”	2.Отвечают и в форме диалога говорят, что было сложным, что понравилось и т.д.	2. -Правило “один в эфире”
	3мин.	3. Задаю домашнее задание, на самые слабые стороны всей группы, а не кого-то конкретно. До свидание.	3.Внимательно слушаю и хором отвечают. Прощаются друг с другом и тренером.	3.У самого рассеянного переспросить домашнее задание.