**К О Н С П Е К Т**

**учебно-тренировочного занятия по баскетболу**

**тренера-преподавателя Соловьева Е.В.**

**Группа:** ТЭ-2

**Дата и время:** 28 апреля 2015г. в 15.00

**Место проведения:** с**/з** СДЮСШОР№2

**Тема:** «Техника передвижений в защите и нападении.

Техника владения мячом».

 **Задачи:**

1.Развивать координацию движений.

2.Совершенствовать сочетание технических приёмов нападения.

3.Совершенствовать передачу и ловлю мяча с последующим поворотом и ведением.

4.Воспитывать чувство ответственности перед командой.

5.*Развивать лидерские качества в парах и группах (развивающее обучение).*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Частные задачи** | **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| ***Вводная часть (5 минут)*** |
| Сформулировать тему и задачи занятия | 1.Обсуждение предыдущего занятия.2.Выработка задач на предстоящую тренировку.  | 2 минуты3 минуты | Занимающиеся высказываются по часто допускаемым ошибкам при выполнении заданий на предыдущей тренировке.*Принятие коллективным решением выявленных слабых сторон владения приёмами техники нападения и защиты учащимися группы*.  |
| ***Подготовительная часть ( 22 минуты)*** |
| Подготовить организм занимающихся к предстоящей работе.Подготовить мышцы ног к работе. | 1.Бег с заданием.2.ОРУ.3.Упражнения с футбольным мячом:- передача мяча ногами в парах;- «змейка» с ведением мяча ногами;- игра: «Все мячи на одну сторону».  | 2 минуты5 минут15 минут | Выполняется по боковым линиям б/б площадки – задание (с поворотами, скрестным шагом, в защитной стойке, спиной вперёд), по лицевым – медленный бег.Выполняется в парах. *Каждый по очереди показывает упражнение для определённой группы мышц.**Самостоятельно разобраться по парам и командам.*Выполняется в двух командах: по 3 мяча у каждой команды. По сигналу, передавая ногой передачи на противоположную сторону, стараться избавиться от мячей на своей половине площадки. Выигрывает команда, у которой нет мячей. |
| ***Основная часть (52 минуты)*** |
| Добиваться точного выполнения техники передвижений.Отрабатывать технику владения мячом.Закреплять технические приёмы нападения в сочетании.Закреплять технические приёмы нападения в учебной игре. | 1.Передвижения в защитной стойке:- от боковой до боковой с касанием рукой в параллельной стойке;- вдоль боковой с касанием рукой с выставленной вперёд ногой с поворотами; - «змейка», оббегая конусы.2.Упражнения в парах и тройках:- бросок левой и правой рукой с расстояния 5м в парах;- ведение с изменением направления; - передачи на месте в тройках.3.Комбинированное упражнение, включающее:- выход на получение мяча;- передачу одной от плеча;- ловлю двумя руками в движении с последующей остановкой;- поворот с последующим ведением мяча;- остановка с последующей передачей с места.4.Упражнение в парах:- ловля мяча в движении;- поворот;- бросок в движении.5.Учебная игра с заданием. | 7 минут15 минут10 минут10 минут10 минут | *Обсудить с учащимися выполнение каждого элемента в упражнении.*Акцентировать внимание на нюансы в упражнении.Сначала выполняется поточно в двух группах; затем проводится эстафета.*Обсудить технику выполнения приёмов. Самостоятельно разобраться по парам и тройкам.*1) разобрать схему выполнения задания (переход игроков происходит по часовой стрелке);2) *обсудить вместе с учащимися выполнение каждого элемента в упражнении;*3) сделать акцент на нюансы в упражнении;4) сначала провести упражнение с левой стороны, затем с правой. х  х х   х х   х  х х       Сначала выполнять левой рукой, затем правой.Мяч, забитый в движении – 3 очка; мяч забитый после прохода – 5 очков. |
| ***Заключительная часть (11 минут)*** |
| Способствовать снижению нагрузки и использовать рефлексивный анализ проведённого занятия. | 1.Пробитие штрафных бросков.2.Подведение итогов учебно-тренировочного занятия. | 5 минут6 минут | *Выполняется в любых парах:* каждая пара считает сколько сделает бросков и сколько попадёт (каждый выполняет по 2 броска за одну попытку). Обратить внимание на технику броска: *каждый указывает на ошибки при выполнении броска партнёра.**Дать высказаться каждому занимающемуся (что получилось, в чём испытывали затруднения).* *Коллективным решением сделать выводы и подвести к определению задач на следующую тренировку.*  |