**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 минуты  3 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 минуты  5 минут  15 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 минут  15 минут  10 минут  10 минут  10 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 минут  6 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.* |