**Конспект занятия по гандболу**

***Скорченко Наталья Владимировна,***

***МАОУ лицей №64 г.Краснодар,***

***Педагог дополнительного образования***

**Тема занятия**: **Развитие периферического зрения, быстроты реакции и координационных способностей средствами гандбола**

**Задачи занятия:**

* *Обучение ловле и передаче гандбольного мяча, изучение основных фаз гандболиста при ловле мяча*
* *Развитие координации и точности передачи*
* *Воспитание культуры «паса» и целенаправленного взаимодействия игроков между собой*

**Место проведения:** *спортивный зал*

**Тип урока**: *квест-игра*

**Метод проведения**: *игровой*, *поточный, в парах, в группах*

Инвентарь: *гандбольные мячи, стойки*

**Время проведения: 45 мин.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Частные задачи** | **Средства** | **Дозировка** | **Мет. приемы организации обучения** |
| Подготовительная 12мин | 1. Организовать учащихся к проведению урока | а) Построение в одну шеренгу; расчет номеров по порядку. | 1 мин | Проверить наличие формы |
| 2. Создать целевую установку на урок | а) Сообщение задач урока:  – изучение основных фаз гандболиста при ловле - передаче мяча  – развитие координации и ловкости при ловле – передаче мяча и бросках в двигающуюся мишень  -воспитание культуры «паса» и целенаправленного взаимодействия игроков между собой | 1 мин | C:\Users\User\Pictures\шеренга.jpg |
| 3. Организовать учащихся на проведение общей и специальной разминки  А). Способствовать развитию плечевого сустава;  Б) Способствовать укреплению четырехглавой и других мышц бедра, коленного сустава | а) По команде: «**Рассчитайсь**», каждый занимающийся запоминает свой номер, а также справа и слева стоящего от него партнера. Разминка проходит в хаотичном порядке, при этом мяч, например, игрок под № 5 получает от игрока под четвертым номером, а отдает игроку под номером 6. Разминка усложняется тем, что во время передач необходимо еще выполнять перемещения с определенным заданием:  - подскоки с вращением рук в плечевом поясе вперед, назад, поочередно  – бег приставным шагом правым, левым боком  – бег с высоким подниманием бедра,  – бег с захлестыванием голени,  – бег с изменением направления  Постепенно добавляются второй и третий мяч. | 6 мин | Эта разминка носит сложный характер так как основана на комбинировании двигательных навыков, при котором бег и перемещения сочетаются с передачей мяча нужному партнеру.  Упражнения с увеличенной координационной сложностью следует планировать на первую половину основной части урока или занятия или разминку, поскольку они быстро ведут к утомлению. |
|  |  | б) *Игровые задания со звуковым сигналом.*  Каждый игрок перемещается по залу со своим мячом. По свистку необходимо поменяться с любым партнером мячами. 3-4 серии выполняются с передачей мяча по воздуху, 3-4 серии – катим партнеру мяч по полу. | 4 мин. | Два раза подряд нельзя меняться с одним и тем же партнером. |
| Основная 28 мин. | C:\Users\User\Pictures\передача 3.jpg1. Изучение основных фаз гандболиста при ловле передаче мяча | Занимающиеся образуют пары. На пару один мяч.  1) Ловля-передача мяча двумя руками от груди. После передачи успеть коснуться пола справа, слева от ноги. | 4 мин. | При ловле мяча первыми к мячу идут руки, слегка согнутые в локтях. Кисти рук округлены по форме мяча, большие пальцы рук вместе. |
| 2) Передача одной рукой сверху с места, расстояние между партнерами 7-8 метров | 2мин. | При передаче одной рукой обратить внимание на держание мяча пальцами, положение рук: локтевой сустав поднят до плеча под углом 90°, при передаче обратить внимание на работу кисти руки, мяч должен лететь параллельно полу |
| 3) Передача мяча с отскоком об пол. Расстояние между партнерами | 4 мин. | Отскок мяча должен быть в районе 70 см от ног партнера, то есть за срединной линией отрезка. |
| 4) Встречная передача. Половина пар расходится за одну лицевую линию, другая становится напротив них. Выполняется передача мяча в паре в движении. Мяч передается паре, стоящей напротив них. Та продолжает движение, передавая мяч впереди стоящей паре. Постепенно добавляется второй мяч, затем – третий. | 4 мин. | C:\Users\User\Pictures\передача.gif |
| Ловлю мяча выполняют двумя руками в стойке, вынося вперед навстречу мячу руки с расставленными пальцами. | 4 мин. | C:\Users\User\Pictures\передача 2.jpg |
| 2. Квест-игра «Расшифруй пароль»  C:\Users\User\Desktop\depositphotos_3466289-Handball-Field.jpg  Условные обозначения:   |  |  | | --- | --- | |  | Игрок 1команды | |  | Игрок 2команды | |  | Запятнанный игрок | |  | Мяч | |  | Передача мяча | | Игроки делятся на две команды. Задача игроков одной команды при помощи передачи, не делая пробежки и не выполняя ведения мяча запятнать всех игроков противоположной команды. Перед началом игры каждому игроку раздаются буквы, составив которые, получится искомое кодовое слово\*.  Побеждает команда, которая быстрее запятнает игроков и отгадает загаданное слово.  C:\Users\User\Desktop\0011-011-Razvitie-zritelnogo-vnimanija.jpg | 10 мин. | Количество передач не ограничено, ведение делать нельзя.  C:\Users\User\Desktop\i0QMK4P6O.jpg  Кодовое слово\*  C:\Users\User\Desktop\1678.jpg |
|  |  |
| Заключительная 5мин. | 1 . Закрепить технику быстроты реакциипосредством жонглирования теннисных мячей | Каждая пара получает по три теннисных мяча. Сначала выполняет жонглирование один игрок, второй помогает собирать мячи, затем меняются. | 2мин. | Проигравший в паре по времени жонглирования выполняет штрафное задание (10 отжиманий) |
| 2. Способствовать снижению физической активности посредством игры на внимание.  Игра “Запрещенное движение”. | Учитель называет запрещенное движение и начинает показывать разные движения, которые дети должны повторить. Объяснение задания.  Следить за четкостью выполнения | 1 мин. | Если дети повторяют запрещенное движение, то они выходят из игры. Выигрывает тот, кто остался до конца игры. |
| 3.Дать возможность учащимся оценить проведенное занятие. | Учащиеся берут теннисный мяч, и опускает в корзину красного(если понравилось), зеленного(не определился), желтого(не понравилось) цвета | 1 мин. |  |
| 4. Организовать учащихся к подведению итогов урока. | Выполнить команду: «Становись», «Равняйсь», «Смирно» | 1 мин. | подвести итоги занятия, назвать победителей. |
|  |  |  |  |