Корректировка программы на период обучения с применением дистанционных образовательных технологий

Ф.И.О. уителя: Шихкамалова Диана Расимовна

Учебный предмет: Физическая культура

Класс:4А,4Б

| Дата | Тема урока | Форма проведения урока | Задания с указанием образовательного ресурса | Форма предоставления результата  | **Дата, время предоставления результата**  | Текущая аттестация, оценивание |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4Б:13.04.204А:14.04.20 | Элементы баскетбола.Игра в мини-баскетбол. | дистанционная | Интернет ресурс.мини-беседа | Ответить письменно на вопрос | 4Б: 14.04.204А:15.04.20 До 20:00shihkamalova77@gmail.com | Фронтальная |
| 4Б:14.04.204А:15.04.20 | Элементы баскетбола.Игра в мини-баскетбол. | дистанционная | Интернет ресур.мини-беседа. | Письменный ответ  | 4Б: 15.04.204А:16.04.20 До 20:00shihkamalova77@gmail.com | Фронтальная |
| 4Б:15.04.204А:16.04.20 | Подвижные игры с элементами волейбола. | дистанционная | Российская электронная школа,4 класс, урок 38 | Письменно разгадать кроссворд | 4Б: 16.04.204А:17.04.20 До 20:00shihkamalova77@gmail.com | Фронтальная |
|  |  |  |  |  |  |  |

Тема урока: Элементы баскетбола.Игра в мини-баскетбол

Ознакомление с мини-баскетболом обосновано стремлением приблизить игру к младшим школьникам и таким образом решить две задачи: обогатить арсенал средств, используемых в физическом воспитании учащихся, и сократить путь юных баскетболистов к овладению техникой и мастерством.

В основе игры в мини-баскетбол лежит современный баскетбол, приспособленный для детей 8—12 лет. Приступая к ознакомлению учащихся с основами игры в мини-баскетбол, учитель физической культуры

объясняет, что цель играющих — забросить как можно больше мячей в корзину соперника, соблюдая при этом правила игры.

Занимающиеся убеждаются в том, что площадка и разметка поля такие же, как и в баскетболе. На обоих концах площадки параллельно лицевым линиям помещаются подвесные щиты (рис. 1). Нижний край подвесного щита должен быть на высоте 2 м 35 см от уровня площадки. Размеры щитов: высота — 90 см, ширина — 1 м 20 см. К щитам на высоте 2 м 60 см от уровня площадки прикрепляются корзины. Диаметр кольца — 45 см, длина сетки —40 см. Конструкция подвесных щитов не очень сложная, и их можно изготовить своими силами (рис. 2). Мяч должен иметь форму шара, покрышка может быть кожаной, синтетической или резиновой. Длина окружности и вес мяча меньше, чем для игры в «большой» баскетбол.

Состав команды. Каждая команда состоит из десяти игроков — пяти играющих на площадке и пяти запасных (обязательно).

Тема урока: Элементы баскетбола.Игра в мини-баскетбол.

«Малый» баскетбол, или, как называют его сейчас, мини-баскетбол,— это упрощенная копия обычного баскетбола, приспособленная для детей младшего школьного возраста.

В матче по мини-баскетболу участвуют 2 команды по десять игроков. От каждой команды играют пять человек, а остальные находятся в запасе. Обе команды стремятся забросить как можно больше мячей в корзину соперника и пропустить как можно меньше в свою, соблюдая при этом правила игры. При попадании мяча в корзину с игры команде начисляют 2 очка, а за каждый точный бросок со штрафного — 1 очко. Побеждает команда, набравшая больше очков. При равенстве набранных очков встреча заканчивается вничью.

Играют в мини-баскетбол два тайма по двенадцать минут, с 10-минутным перерывом. Каждый тайм в свою очередь делится на два периода с обязательным 2-минутным перерывом. В течение первых трех 6-минутных периодов каждый из десяти игроков команды должен сыграть не менее одного и не более двух периодов. Замены могут проводиться только во время перерывов. В заключительном периоде второго тайма каждой команде дают по одному минутному перерыву. Во время этих перерывов также разрешается заменять игроков.

В мини-баскетболе, как и в «большом» баскетболе, игроков, ведущих себя недисциплинированно или грубо, удаляют с поля. Все баскетболисты стремятся избегать столкновений с соперниками. Если оно все же произошло, то игрока, который сознательно вызвал его или не пытался избежать, наказывают персональным замечанием.

Каждый период начинают с розыгрыша спорного броска. От каждой команды приглашают по одному игроку в центральный круг. Учитель подбрасывает мяч вертикально вверх между ними, и, после того как он достигнет наивысшей точки, игроки отбрасывают его своим партнерам, располагающимся вне центрального круга. Запрещается ударять по мячу ногой или кулаком, но случайное касание мяча ногой не является нарушением. В течение 30 с от момента овладения мячом нападающие должны произвести бросок в корзину противников. При ошибках нападающих мяч вводится игроком соперников из-за боковой линии с места, указанного судьей.

Задание:Чем отличается мини-баскетбол,от обычного баскетбола?

Тема урока:Подвижные Иры с элементами волейбола.

Волейбол – одна из самых популярных современных спортивных игр. Она интересна тем, что команды пытаются добиться ошибки команды-соперника.

Основные волейбольные соревнования: олимпийские игры, чемпионат мира, кубок мира, всемирный кубок чемпионов, лига наций, чемпионат Европы и Евролига.

Волейбол популярен и среди мужчин, и среди женщин. Соревнования также проводятся и для мужчин, и для женщин. Правила игры не отличаются, отличается только высота сетки, у женщин она ниже на 19 см.

Игра состоит из партий, от 3 до 5. Чтобы выиграть партию, нужно набрать 25 очков, при этом иметь преимущество минимум в 2 очка. Иначе игра продолжается до разницы в 2 очка.

В последней партии счет ведётся до 15 очков или до разницы в 2 очка.

После каждого забитого мяча, игроки команды перемещаются по часовой стрелке, подающий меняется. При этом порядок игроков сохраняется.Каждая команда может коснуться мяча не более трёх раз до его передачи, не считая блок. Иначе она проигрывает очко. Касание дважды подряд одним игроком запрещено.

Игрок не должен касаться сетки во время розыгрыша мяча его командой, иначе очко отдается другой команде.

Запрещено заступать за линию при подаче мяча, или при передаче мяча сопернику заступать на их часть поля. Подача до свистка судьи или позже, чем через 8 секунд после него, не засчитывается. Мяч должен перелететь через сеткуВолейбол очень популярен в нашей стране, как и во многих других странах. Каждый крупный город может похвастаться своими волейбольными командами, а секции есть и в менее крупных населенных пунктах.

При занятии волейболом развиваются сила, скорость и ловкость. Волейболисты очень гибкие и растянутые, потому что выполняют разминку и растяжку перед каждой тренировкой.