

Конспект урока физической культуры

Класс: 8

Дата проведения: 21 ноября 2013.

**Тема урока:** Короткая подача в бадминтоне.


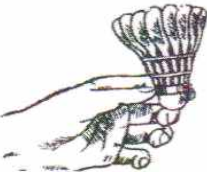

**Цели:**

1. Совершенствование короткой и длинной подачи при игре в бадминтон.
2. Организовать работу по развитию ловкости, глазомера, быстроты реакции учащихся.

**Задачи урока:**

1. Совершенствование короткой подачи открытой стороной ракетки
2. Развитие ловкости, глазомера, быстроты реакции.
3. Воспитание активности, трудолюбия, добросовестного отношения к спорту.

Ч.у.	Содержание	дозир	Методические указания
П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я	1. <u>Построение.</u> Сообщение темы и цели урока: «Короткая подача в бадминтоне»  2. <u>Строевые приёмы:</u> повороты направо, налево, кругом, прыжком. 3. <u>Перемещения</u> а) бег с высоким подниманием бедра; б) бег с захлёстыванием голени; в) бег приставными шагами; г) бег с прямыми ногами; д) бег без задания в медленном темпе. ж) ускорения. 4. <u>ОРУ для развития гибкости</u>	3 мин.  1 мин.  4 мин	Повторить изученные элементы: - хват ракетки и держание волана; - совершенствовать подачу и прием в парах; учить короткую подачу. Команды давать в быстром темпе. Руки работают вперед- назад;  По 2 шага с поворотом;  Руки на пояс.
11 Ми н	1. Вращательные движения во всех плоскостях 2. Большой круг каждой рукой поочередно; 3. Вращательное движение в кистевом суставе при закрепленном запястье	3 мин.	По свистку на 2-3 шага

<p>О С Н О В Н А Я</p> <p>24 мин</p>	<p>4. Вращательные движения в локтевом суставе;</p> <p><u>5. Держание волана.</u> Подбрасывание и ловля волана правой и левой рукой.</p> <p><u>6. Учить жонглированию воланом.</u> 1. Жонглирование открытой стороной ракетки. 2. Жонглирование закрытой стороной ракетки. 3. Жонглирование открытой и закрытой стороной ракетки. 4. Высокое жонглирование, каждый раз посылая волан вверх как можно выше. 5. Высокое жонглирование, каждый раз посылая волан вверх как можно выше, при этом касаясь пола каждый раз после удара по волану.</p>	<p>2 мин</p> <p>5 мин</p>	   <p>Ошибки:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Неправильный хват ракетки.</li> <li>2. Ракетка на уровне головы и выше, а не на уровне пояса, высоко поднят локоть.</li> <li>3. Движения ракеткой очень быстро.</li> <li>4. Нет перемещения для более удобного расположения по отношению к волану, жонглирование на одном месте.</li> <li>5. Дети не чувствуют расстояние до волана, нет чувства волана.</li> </ol>
	<p><u>7. Поддача:</u> - снизу; - сверху.</p> <p>8. Подвижная игра «Вратарь».</p>	<p>5 мин</p>	<p>По 2 волана, в парах: партнер принимает волан на ракетку, затем ловит волан. Потом подаёт сам.</p>
	<p>9. Игра в парах.</p>	<p>5 мин</p>	<p>Игра проводится у стены, вместо ворот используется гимнастический мат. Играют в паре. Игрок с ракеткой встает в ворота, а другой</p>

З А К Л Ю Ч И Т.  10 мин	10.Игра «Карусель» через сетку.		выполняет подачу с 3-4 м. вратарь старается не пропустить в ворота волан, отбивая его ракеткой. Выполнив 5 – 6 подач, игроки меняются местами. Попадание в ворота приносит 1 очко.
	11.Построение. Подведение итогов.	7 мин	
		7 мин	Применять изученные элементы. Мальчики на одной стороне, девочки на другой. Стоят в колонне, лицом друг к другу. Выполняют поочередно передачу волана через сетку, затем бегут в конец колонны.
		3 мин.	

