Учитель: Грищенко Николай Александрович

Предмет: физкультура

Класс: 6 класс

Дата проведения урока: 10 апреля 2020 года.

**Тема урока : Соревнование по упрощённым правилам баскетбола**.

**Цель: развивать ловкость, координацию движений, способствовать развитию скоростно-силовых качеств.**

**- воспитание волевых качеств, умения и желания работать в коллективе.**

Выписки из правил

Штрафной бросок – это предоставляемая игроку возможность набрать 1 очко броском в корзину без помех с позиции за линией штрафного броска и внутри полукруга.

Серия штрафных бросков – это все штрафные броски и/или последующее право на владение мячом в результате наказания за 1 фол.

Когда фиксируется персональный фол, наказанием за который является предоставление штрафного(-ых) броска(-ов):

Игрок, против которого был совершен фол, должен выполнить штрафной(-ые) бросок(-ки).

 Если поступила просьба о его замене, он должен выполнить штрафной(-ые) бросок(-ки) прежде, чем покинуть игру.

Если он должен покинуть игру из-за травмы, совершения 5 фолов или дисквалификации, тогда заменивший его игрок должен выполнить штрафной(-ые) бросок(-ки).

Если у команды больше не осталось запасных, штрафной(-ые) бросок(-ки) должен(-ны) быть выполнен(ы)           любым           игроком          этой    команды,        указанным     ее тренером.

**Игрок, выполняющий штрафной бросок, должен:**

• Занять положение за линией штрафного броска и внутри полукруга.

• Использовать любой способ выполнения штрафного броска таким образом, чтобы мяч вошел в корзину сверху или коснулся кольца.

• Выпустить мяч из рук в течение 5 секунд с того момента, когда он передан судьей в его распоряжение.

• Не касаться линии штрафного броска и не входить в ограниченную зону до тех пор, пока мяч не попадет в корзину или не коснется кольца.

• Не имитировать штрафной бросок. Игроки, находящиеся на местах для борьбы за подбор при штрафном броске, имеют право занимать поочередные позиции на этих местах глубиной в 1 метр, как показано на Рис. 6.

Во время штрафных бросков эти игроки не должны:

• Занимать места для борьбы за подбор при  штрафном  броске, которые им не предназначены.

• Входить в ограниченную зону, нейтральную зону или оставлять место для борьбы за подбор при штрафном броске до тех пор, пока  мяч  не  покинет  рук(-и)  игрока,  выполняющего  штрафной бросок.

• Мешать своими действиями игроку, выполняющему штрафной бросок.

Игроки, не занимающие мест для борьбы за подбор при штрафном броске, должны оставаться за воображаемым продолжением линии штрафного броска и за линией 3-хочковых бросков с игры до тех пор, пока штрафной бросок не закончится.

**Домашнее задание**

**Ответить на вопрсы:**

За какие нарушения назначается штрафной бросок?

Кто выполняетcя штрафной бросок?

Как выполняется штрафной бросок?

Выполненное задание или фото отправьте через ИСОУ «Виртуальная школа»

через дневник.

**(Прикрепляем материалы следующим образом**:

1. Выбираем предмет «физкультура».
2. В графе «Домашнее задание» нажимаем на скрепку.
3. Нажимаем: выбрать файл.
4. Указываем на ваш файл, который находится на рабочем столе, и нажимаем: открыть.
5. Нажимаем: закрыть (ваше выполненное задание прикреплено).

Или на электронный адрес: **grishenkonikolaj@yandex.ru**

**Консультации по телефону: 8 960 6291060**

**Не забывайте выполнять силовые упражнения**

**Не забывайте о правилах гигиены. Мойте почаще руки. Соблюдайте правила самоизоляции.**