Учитель: Грищенко Николай Александрович

Предмет: физкультура

Класс: 7 класс

Дата проведения урока: 08 апреля 2020 года.

**Тема урока: Учебная игра в баскетбол.**

**Цель урока: дать представление об игре в баскетбол по упрощенным правилам, ознакомление основным правилам баскетбола, продолжить освоение основных приемов игры баскетбол, развитие координации движений, развитие скоростных качеств.**

Правила баскетбола довольно просты, однако для школьников и начинающих игроков они могут показаться запутанными и непонятными.

Основные правила игры в баскетбол

Цель игры баскетбола заключается в том, чтобы забросить мяч в кольцо, чья команда наберёт больше очков, объявляется победителем. Игра происходит на прямоугольной площадке, и в зависимости от того, с какого места мяч был заброшен в корзину, будет зависеть количество набранных очков (2 или 3).

Каждая команда состоит из 12 баскетболистов, и только 5 могут одновременно находиться на поле (количество замен не ограничено). В баскетболе игроки делятся на следующие амплуа:

Площадка для баскетбола имеет форму прямоугольника размерами 28 на 15 метров. Средняя линия делит площадку на две половины, в центре которой есть маленький круг, из этого места начинается игра (рефери подбрасывает мяч в воздух, а по одному игроку от каждой команды пытаются им завладеть). Высота кольца составляет 3.05 метров. Возле каждого из колец есть дуга (полукруг) радиусом 6.75 м. (по стандарту ФИБА), которая является проекцией центра корзины. На расстоянии 5.80 м. от внутреннего края лицевой линии находится линия штрафного броска, имеющая длину 3.60 м.

Игра делится на 4 равных периода по 10 минут каждая (в НБА длительность тайма составляет 12 мин.). Между 2-й и 3-й четвертями есть 15-минутный перерыв.

**Набор очков в баскетболе:**

* 3-очка: если мяч попадает в кольцо из-за пределов дуги;
* 2 очка: если мяч заброшен в пределах дуги;
* 1 очко: за каждый успешный штрафной бросок засчитывается 1 бал.

Выигрышная сторона в баскетболе определяется очень просто: кто набрал больше очков, тот и победитель. В случае фиксирования ничейного результата, добавляется дополнительный период длительностью 5 минут.

**Домашнее задание: прочитать учебник стр. 183-185**

**Ответьте на вопросы:**

1. Сколько игроков в каждой команде?
2. Когда команда получает 3,2,1 очко?
3. Бывает ли ничья в игре?

**Не забывайте выполнять силовые упражнения**

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**

1. Бывает ли ничья в игре?

**Не забывайте о правилах гигиены. Мойте почаще руки.**