

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа Вадинского района**

**Конспект фрагмента учебно-тренировочного
занятия по дополнительной
общеразвивающей программе**

«Русская лапта»

**«Освоение ловли и передачи мяча,
осаливание в русской лапте»**

Тренер-преподаватель

Баурин А.А.

Вадинск, 2020

Тема занятия: Освоение ловли и передачи мяча, осаливание в русской лапте.

Тип занятия: комбинированный.

Цель занятия: Развивать основные физические качества посредством русской лапты.

Задачи занятия:

Образовательные

- совершенствовать ловлю и передачу теннисного мяча;
- обучать приему осаливания в русской лапте

Развивающие

- развивать ловкость, быстроту, точность передач.

Воспитательные

- воспитывать чувства товарищества, коллективизма, дисциплинированности.

Дата: 12.03.2020 г.

Место проведения: МБОУ ДО ДЮСШ Вадинского района.

Инвентарь и оборудование: свисток, секундомер, биты, теннисные мячи.

Тренер-преподаватель: Баурин А.А.

	<p>вправо-влево поочередно с максимальной амплитудой на счет 1-2-3-4</p> <p>И.п.-руки на пояс, ноги в стороны-наклоны туловища вперед-назад-влево-вправо соответственно на счет 1-2-3-4</p>		
II	Основная часть	15 мин	
	<p>Ловля и передача мяча</p> <p>Работа с мячом:</p> <p>1 Подброс мяча правой рукой ловля двумя.</p> <p>2.Подброс мяча левой рукой ловля двумя.</p> <p>3 Подброс правой рукой ловля левой и наоборот.</p> <p>В паре:</p> <p>1 Передача и ловля мяча (расстояние 1.5м)</p> <p>2.Передача и ловля мяча (расстояние 5-6 м)</p> <p>3.Передача и ловля мяча (расстояние 10-15м).</p> <p>4.Передача и ловля катящегося мяча.</p> <p>Прием осаливания</p>		<p>При ловле тыльные стороны кистей соединить.</p> <p>Скорость передачи постепенно возрастает, можно добавить второй мяч.</p> <p>Мяч летит параллельно земле, бросок сбоку(кисть на уровне плеча)</p> <p>Ловля «свечи»(когда мяч взлетает высоко, но недалеко)</p> <p>При ловле сгибать колени</p>

	<p>В паре</p> <p>1. Расстояние между игроками 2-3 м. По сигналу один убегает, другой догоняет и пытается осалить мячом.</p> <p>В тройках</p> <p>1. Между двумя игроками(желтые: расстояние 8-10 м.) становится третий(синий). Задача: желтые выполняют передачи и выбирают момент для осаливания; синий не дает себя осалить.</p>		<p>Ознакомить учащихся с данным приемом, объяснить запрещённые зоны осаливания.</p> <p>Обратить внимание, что надо осаливать в туловище. Ни в коем случае в голову и ноги. Касаться игрока любыми частями тела запрещено.</p> <p>Напомнить о строгом соблюдении техники безопасности при использовании инвентаря</p>
III	Заключительная часть	2 мин	
	<p>Построение, подведение итогов занятия. Организованный уход.</p>		<p>Провести анализ ошибок при выполнении приемов ловли, передач мяча, осаливания мячом; отметить активных игроков.</p>