

## Самоанализ внеурочного занятия

**Раздел:** «Баскетбол»

**Тема:** «Совершенствование техники броска мяча в кольцо с разных позиций».

**Цель занятия:** способствование развития двигательных качеств и повышение работоспособности организма.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- развивать "чувство мяча" и координационные способности;
- совершенствовать технику броска мяча с разных точек, технику передачи баскетбольного мяча (в движении);
- совершенствовать технику ведения мяча.

**Оздоровительные:**

- развивать скоростно-силовые качества, быстроту реакции, точность движений, меткость;
- развивать скоростную выносливость, прыгучесть.

**Воспитательные:**

- формировать потребности и умение выполнять упражнения в соответствии с игрой в баскетбол.
- развивать интерес к этому виду спорта. Развивать чувство коллективизма и взаимовыручки.

Занятие проводилось с обучающимися 7-9 классов, присутствовало 12 человек.

Обучающиеся к началу занятия были в спортивной форме. Спортивный зал проветрен, подготовлен спортивный инвентарь для каждого обучающегося.

Занятие началось с построения. Ясно и четко были объявлены цели и задачи, сделан акцент на то, как поставленные задачи взаимосвязаны с изученным ранее материалом.

Подготовительная часть занятия включала в себя, общеразвивающие упражнения, в процессе выполнения которых были задействованы все группы мышц. Здесь я использован метод рассказа и показа.

Обучающиеся много работали с баскетбольными мячами, что способствовало развитию координационных и двигательных способностей. В

подготовительной части упражнения выполнялись поточным методом с использованием всей полезной площади спортивного зала.

При переходе к основной части занятия были использованы дыхательные упражнения, которые способствовали восстановлению дыхания и одновременно решали немаловажную оздоровительную задачу, развитие дыхательной мускулатуры.

Построение урока соответствовало дидактическим принципам (от простого к сложному.).

При выполнении первой задачи обучающиеся совершенствовали навыки передачи мяча, которые применялись и при выполнении второй задачи, но уже в более сложной форме - в групповых взаимодействиях в нападении, приближенных к игровой ситуации.

В процессе проведения основной части урока мною были использованы основные принципы организации деятельности:

- принцип опоры на индивидуальные особенности каждого ученика,
- принцип саморазвития,
- принцип целостности был применен при решении воспитательных задач, где поощрялись позитивные возможности каждого ученика,
- принцип гуманных отношений - доброжелательный тон, взаимопонимание, содействие ученику в разрешении поставленной задачи.

В основной части урока я применил метод проблемного изложения материала при объяснении второй задачи. Считаю, что объяснение активизировало продуктивную мыслительную деятельность путем создания у обучающихся тактической ситуации с последующими предложениями по ее разрешению, т.е. целостного практического показа группы обучающихся в медленном, а затем в быстром темпе.

Длительность заключительной части - 4 минуты, где были использованы упражнения на восстановление. Подведены итоги занятия с анализом выполнения поставленных задач.

В подготовительной и заключительной части урока использован поточный способ, в основной – групповой и групповой-поточный.

На протяжении всего занятия мною использовались методы стимулирования и мотивации. Стилль общения с обучающимися доверительный, построен на взаимном уважении. Обучающиеся между собой проявляли находчивость, умение взаимодействовать в группах.

В процессе урока наблюдалась мотивация на занятие: учащиеся любят баскетбол, хорошо освоили технические и тактические действия. При выполнении заданий прослеживается то, что обучающиеся получают удовлетворение в своих личностно-ориентированных потребностях, которые выражены в использовании полученных умений и навыков в пределах проведенного занятия.

При организации обеспечения учебного занятия мною уделено внимание на:

- целостность использования форм организации занимающихся;
- целостность использования времени на занятии (объяснение, показ, выполнение упражнений, активный отдых);
- соблюдение техники безопасности (интервал, дистанция).

При решении оздоровительной задачи было уделено внимание на функциональное состояние обучающихся, сочетание нагрузки с активным отдыхом.

При решении воспитательной задачи я уделял внимание на дисциплину, взаимодействие в коллективе при выполнении групповых упражнений. Старался создать доверительную обстановку для развития такого качества, как уверенность в себе.

Индивидуальная работа прослеживается через планирование нагрузки, которая соответствует данному этапу подготовки, осуществлению контроля по предупреждению и исправлению ошибок.

Проведенное занятие соответствует поставленным задачам. Задачи этого занятия работают на перспективу, так как полученные технико-тактические навыки будут использованы в учебной игре.

Благодаря разнообразию форм и методов построения занятий, у обучающихся повышается интерес к дальнейшим занятиям баскетболом, об этом говорит тот факт, что основная масса ребят этой группы входит в состав сборной школы по баскетболу.