

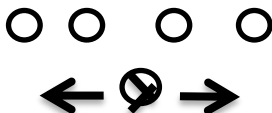
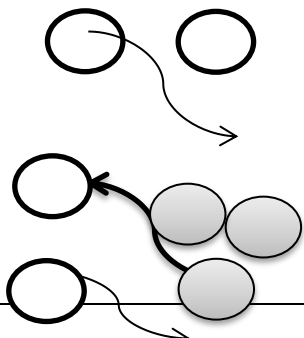
План-конспект

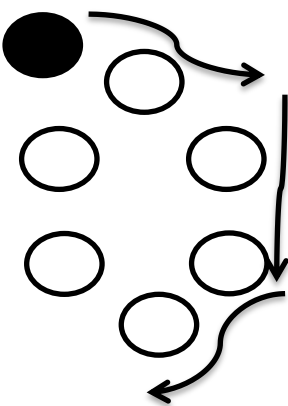
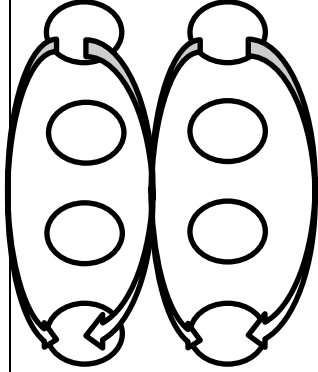
проведения учебного занятия в разделе Подвижные игры

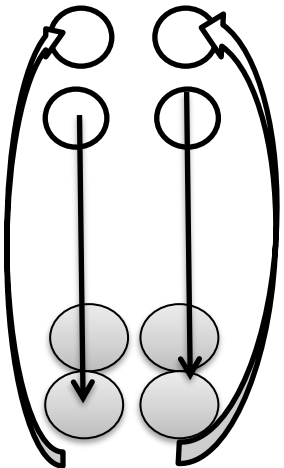
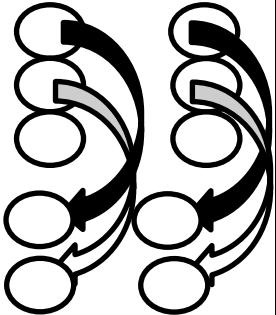
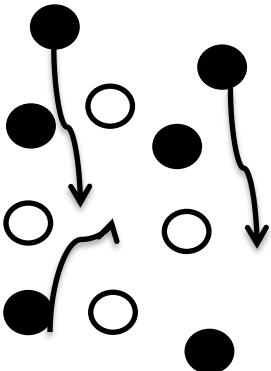
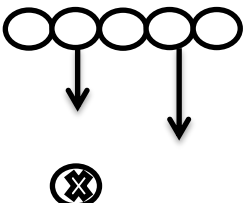
Технологическая карта урока
проведения учебного занятия в разделе Подвижные игры по теме:
Развитие физических качеств с помощью подвижных игр и эстафет с предметами.

Учебный предмет	Физическая культура
Класс	1 а
Тип урока	Комплексный
Технология построения урока	Фронтальная и поточная. Индивидуальная
Тема урока	Развитие физических качеств с помощью подвижных игр и эстафет с предметами
Цель урока	<i>научатся:</i> в доступной форме объяснять правила игр и игровых упражнений; анализировать и находить ошибки; координировать и контролировать действия.
Задачи урока	1) Развитие физических качеств через подвижные игры “Липкие пеньки”, “Пустое место” и эстафеты с предметами.
Виды деятельности учащихся	Описывают правила игр и игровых упражнений, осваивают правила игр и игровых упражнений, соблюдают правила техники безопасности, выявляют характерные ошибки.
Материально-техническое обеспечение:	Фишки, баскетбольный мяч, волейбольный мяч, обручи.
Место проведения:	спортивный зал.
Время проведения:	45’
Выполнил:	Учитель физической культуры Салмин Виктор Евгеньевич

Планируемые результаты урока	
Предметные:	<i>научатся:</i> в доступной форме объяснять правила игр и игровых упражнений; анализировать и находить ошибки; координировать и контролировать действия. <i>получат возможность научиться:</i> оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении физических упражнений.
Метапредметные:	<i>познавательные</i> – овладеют способностью оценивать свои результаты, указывать на свои ошибки и ошибки одноклассников, формирование представления о выполнении физических упражнений; <i>коммуникативные</i> – выражают готовность слушать собеседника и вести диалог, адекватно оценивают собственное поведение и поведение окружающих, <i>регулятивные</i> – умение технически правильно выполнять двигательные действия.
Личностные:	Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни, формирование навыка работать в группе, развивать внимание, ловкость, координацию; умения соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения кувырка вперед, назад
Организация пространства	
Формы работы	Ресурсы
Фронтальная, поточная, индивидуальная.	Книгопечатная продукция: Подвижные игры: Учеб. для студ. пед.вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с. Технические средства обучения: <i>Фишки, баскетбольный мяч, волейбольный мяч, обручи.</i>

Частные задачи	Содержание	Д-КА	О.М.У
Первоначальная организация учащихся.	I Вводно-подготовительная часть. 1.Построение. 2.Приветствие 3.Сообщение задач урока	10-15' 30' 30' 30'	 Напомнить о технике безопасности.
Активизация внимания учащихся.	4.Строевые упражнения -Нале-во! Раз, два! -Кру-гом! Раз, два! -Прыжком кру-гом! Раз, два!	1-2' 1р 1р 1р	Обратить внимание на форму, внешний вид.
Профилактика искривления осанки и плоскостопия.	5. «Налево в обход шагом – Марш!» 6. Упражнения на осанку: 1.Правая вверху, левая в сторону, на носках-Марш! 2.Левая за голову, правая за спину, на пятках-Марш! 3.Руки вперед, перекатным шагом-Марш! 4.Руки в стороны, на внешнем своде стопы-Марш!	2кр 0,5кр 0,5кр 0,5кр 0,5кр	Повороты через левое плечо, четкое выполнение команд. Ладони во внутрь, в спине прогнуться.
Обеспечить функциональную готовность организма к активной мышечной деятельности.	8)Беговые упражнения: а) правым, левым боком приставными шагами; б) бег с высоким подниманием бедра правым, левым боком; в) шаг подскок; г) прыжки на двух ногах; д) бег с захлестыванием голени правым, левым боком;	2-3кр 0.5кр 0.5кр 0.5кр 0.5кр	Локти развернуты, спина прямая. Руки на уровне плеч. Перекат с пятки на носок. Выполнение команд по сигналу. Стойка ниже. Бедро выносится вперед, руки работают разноименно. Выталкивание вверх.
Игра на разминку мышц верхнего плечевого пояса, туловища, рук и ног.	Игра “Невод”. Двое или трое учащихся образуют невод, взявшись за руки. Их задача - поймать как можно больше плавающих рыб. Если рыбку поймали, то она присоединяется к водящему и становится частью невода.	5-8'	Прыжок активнее. Захлест активнее. 

Развитие быстроты ответной реакции.	II Основная задача. <i>Развитие физических качеств через подвижные игры “Липкие пеньки”, “Пустое место” и эстафеты с предметами.</i> Игровое упражнение. “Быстрый мяч”. Учащиеся делятся на 2 команды, стоя в колонне друг за другом. По сигналу, направляющий, осуществляет передачу волейбольного мяча сверху из рук в руки до замыкающего, а назад прокатывается по полу. Команда, которая выполнила задание быстрее и с наименьшим количеством ошибок, побеждает.	20-25’	Напомнить учащимся о технике безопасности.
Развитие быстроты и ловкости.	Игра. “Пустое место». Учащиеся делятся на 2 команды и образуют 2 круга, назначается водящий, который остается за кругом. Водящий передвигается за кругом и дотрагивается до одного из игроков, касаясь руками. Это означает, что он вызывает данного игрока на соревнование. Водящий бежит за кругом в одну сторону, а вызванный – в противоположную. Встретившись, они здороваются и продолжают бежать дальше, стараясь наперегонки занять свободное место (оставленное вызванным игроком). Тот, кому удалось занять это место, там и остается, а оставшийся без места становится водящим, и игра продолжается. Побеждает тот, кто не раз не побывал в роли водящего.	3-5’	
Развитие быстроты ответной реакции.	Игровое упражнение. “Слева, справа”. Учащиеся делятся на 2 команды, стоя в колонне друг за другом. По сигналу, направляющий, осуществляет передачу мяча среднего размера слева из рук в руки до замыкающего, а назад справа. Команда, которая выполнила задание быстрее и с наименьшим количеством ошибок, побеждает.	3-5’	

Развитие гибкости.	Игровое упражнение. “Туннель из обручей”. Учащиеся делятся на 2 команды, стоя в колонне друг за другом. Держа обручи, образуя туннель, пробежать через туннель. Команда, которая выполнила задание быстрее, побеждает и допустит меньше ошибок.	3-5’	
Развитие быстроты ответной реакции.	Игровое упражнение. “Соревнования мячей”. Учащиеся делятся на 2 команды и становятся в колонну друг за другом. Направляющий передает мяч из рук в руки стоящему за спиной, когда мяч доходит до замыкающего, он обегает справа и становится во главе колонны. Упражнение продолжается до тех пор, пока все учащиеся не побывают в роли направляющих.	3-5’	
Развитие ловкости, внимательности.	Игра. “Липкие пеньки”. Учащиеся в хаотичном порядке располагаются по всему залу и передвигаются. Назначаются 3-5 водящих, образуют круг и принимают упор присев, они не могут передвигаться, а только лишь задевать любого другого игрока, пробегающего мимо них. Учащиеся пробегают мимо липких пеньков стараясь им не попасться. Те учащиеся, которые были задеты пеньками, назначаются автоматически водящими. Побеждают те, которые не были не раз в роли водящих.	3-5’	
Развитие внимания.	Игра “Овощи и фрукты”. Учащиеся строятся в шеренгу. Ведущий называет различные овощи и фрукты. Если названное слово относится к овощам, то игроки должны быстро присесть, а если к фруктам - поднять руки вверх. Юные спортсмены, перепутавшие овощи с фруктами, каждый раз делают шаг вперед и приседают 5 раз. Побеждают	3-5’	

Снижение физической активности и возбудимости. Завершение урока.	те, кто сделал меньше ошибок. III) Заключительная часть. 1) Построение. 2) Подведение итогов урока. 3) Домашнее задание на дом.	3-5' 30'' 1' 1'	Развивать физические качества.
--	---	---	--------------------------------