Физическая культура, 2 класс

**Тема: Совершенствование техники вращения обруча. Т.п. «Укрепление здоровья средствами закаливания». Подвижная игра «Мяч водящему»**

**Цель урока:** формировать знания и представления о разнообразии подвижных игр; развить двигательные способности и укрепить здоровье учащихся».

**Задачи урока:**

1) Обучение подвижным играм «Мяч водящему».

2) Развитие координационных и скоростно-силовых способностей, быстроты, прыгучести, внимания.

3) Воспитание волевых качеств: дисциплинированности, активности, умения взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

**Тип урока:** комбинированный.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Ход урока**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Этапы урока** | | **Частная задача этапа** | **Дозировка** | **Организационно-методические указания** |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** |
| **Вводно-подготовительная**  **часть урока** | 1. Организационный момент   Построение, приветствие. | | Мотивация деятельности учащихся | **1 мин** | Построение в шеренгу, проверка наличия спортивной формы. |
| 1. Психофизиологическая подготовка учащихся к усвоению содержания урока   а)Сообщение темы и задач урока.    в) Разминка. Объяснение и показ. Коррекция действий учащихся по мере необходимости. | Фиксирование внимания  Выполнение заданий учителя  (разминки):  **1.** Ходьба на носочках, руки вверх  **2.** Ходьба на пятках, руки за голову.  **3.** Ходьба на согнутых ногах, руки на пояс  **4.** Ходьба в полном приседе, руки на колени (гусиным шагом)  **5.** Бег  **6.** Восстановление дыхания  **7.** Бег с высоким поднимание бедра  **8.** Бег с захлестом голени  **9.** Подскоки с вращением рук  **10.** Бег в шаге  Выполнение задания учителя | Подготовка учащихся к основной части урока  Достижение среднего уровня физической нагрузки  Достижение среднего уровня физической нагрузки | **6мин.**  1мин.  5мин. | См.начало конспекта-урока  Разминка в ходьбе и беге выполняются после объяснений и показа учителя. Следить за осанкой учащихся, правильностью выполнения упражнений.  В процессе разминки особое внимание уделяется:  -подготовке организма занимающихся к физическим нагрузкам;  - оптимальному разогреву суставов, сухожилий, связок, определенных мышечных групп;  -упражнениям, направленным на подготовку к нагрузкам голеностопного, коленного, плечевых суставов и пальцев кисти;  - обеспечению оптимальной возбудимости, внимания.  - правильному дыханию учащихся.  Каждое упражнение - выполняется 20-30с.  Способ выполнения разминки – одновременный, групповой. |
| **Основная часть урока** | 1. Закрепление техники вращения обруча.  Коррекция действий учащихся по мере необходимости | Выполнение задания учителя | Обучение умению играть в подвижную игру с прыжками. | **20мин.**  10мин. | Поперек площадки обозначены одна за другой 6 – 8 нешироких полосок Расстояния между ними 50см. Класс делится на 2 команды, каждая становится в колонну по одному. По сигналу учителя игроки, стоящие в колонне первыми, начинают прыгать на обеих ногах с одной полоски на другую. После прыжков эти игроки становятся в конец своих колонн, затем прыгают следующие. Выполнившие задание правильно игроки получают по одному очку. |
| **Основная часть урока** | 2. Подвижная игра «Мяч водящему». Объяснение правил игры. Коррекция действий учащихся по мере необходимости | Выполнение задания учителя | Обучение умению играть в подвижную игру с бегом. | 10мин. | Учащиеся делятся на 2-4 команды в зависимости от наполня­емости класса. По сигналу учителя капитан выбегает с мячом к тумбе и делает передачу мяча второму участнику, вышедшему за линию старта. Вернув мяч, второй участник возвращается за ли­нию старта и так далее. Получив мяч от последнего участника, капитан возвращается. Учащиеся стоят в колоннах, напротив — капитан с мячом на расстоянии 3—6 метров.  По сигналу капитан бросает мяч первому игроку, возвратив мяч капитану, этот игрок приседает и так далее. Эстафета заканчива­ется: последний игрок возвращает мяч; вся команда встает; капи­тан «поднимает» игроков, бросая им мяч, пока первый не вста­нет. Мяч подбирает тот, кому его бросили. Учащиеся послабее ставятся вперед. |
| **Заключительная**  **часть урока** | 1. Малоподвижная игра  «Запрещенное движение» | Выполнение заданий учителя | Снижение нагрузки и эмоционального возбуждения. | **3мин.**  1мин. | Класс становится в шеренгу. По команде учитель учащиеся выполняют движения руками, кроме упражнения «руки вперед». Кто ошибается выполняет шаг вперед |
| 2.Построение, подведение итогов урока. | Построение в шеренгу, выполнение команд учителя «Класс, равняйсь!», «Смирно», «Вольно» | Анализ деятельности учащихся на каждом этапе урока и выставление отметок | 1мин. | Результативность урока – анализ деятельности учащихся. Подведение итогов с помощью таблицы, общая оценка за урок |
| 3.Домашнее задание | Фиксирование внимания учащихся | Развитие умения самостоятельно организовывать физкультурно-оздоровительную деятельность. | 0,5мин. | С.51 |
| 4. Прощание. Благодарит учащихся за работу на уроке. | Прощание с учителем. | Завершение урока. | 0,5мин. | Прощаются с учителем |