

План-конспект урока по физической культуре в 1 классе

Тема: «Спортивные и подвижные игры».

Тип урока: подвижные игры

Цель: Развитие интереса к спортивным играм и универсальных способностей посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся в спортивно-игровой деятельности.

Образовательные задачи:

1. Развивать умение метания мяча и ведение мяча правой и левой рукой.
2. Повторить метание мяча из-за головы; ловлю и передача мяча, ведение мяча правой и левой рукой.
3. Совершенствовать стойки, перемещения, ориентировку в пространстве.

Развивающие задачи:

1. Формировать умение обучающихся взаимодействовать со сверстниками в игровой деятельности.
2. Развивать умение контролировать и давать оценку своим двигательным действиям.

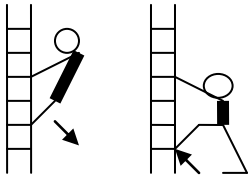
Воспитательные задачи:

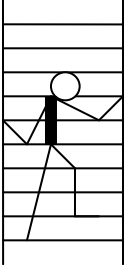
1. Формировать умение проявлять дисциплинированность, ответственность, упорство в достижении поставленной цели.

Место проведения: спортивный зал № 1

Время урока: 45 минут.

Инвентарь и оборудование: мячи волейбольные, баскетбольные, теннисные, кегли, обручи.

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Методические указания	УУД
<p>Подготовительная часть</p>	<p>I. Построение, рапорт, сообщение задачи урока II. ОРУ III. Разминка Начнем разминку, для чего мы делаем разминку? Разминка в движении, разновидности ходьбы, бега. а) специальные беговые упражнения. б) комплексные общеразвивающие упражнения на гимнастической стенке.</p> <p>1. Для мышц спины. И.П. - стоя спиной к гимнастической стенке, ноги на 1-й рейке, руки на уровне головы. Прогнуться в спине. Вернуться в И.П.</p>  <p>2. Для мышц ног. И.П. - стоя на 1-2 рейке гимнастической стенки, держась руками за рейку на уровне пояса. Сгибая левую ногу, опуститься. Вернуться в И.П. То же с другой ноги</p>  <p>3. Лазание по гимнастической стенке одноимённым и разноимённым способами.</p>	<p>1 мин 5 мин</p> <p>4 мин</p> <p>10 мин</p>	<p>Организация обучающихся на уроках</p> <p>Создание ситуации для промежуточного анализа уровня знаний обуч-ся</p> <p>Значение роли разминки</p>	<p>Умение проявлять внимательность и дисциплинированность</p> <p>Умение организовать собственную деятельность в паре</p> <p>Формирование осознанного отношения к выбору вида спорта</p> <p>Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья</p> <p>Умение контролировать последовательность выполнения ОРУ</p>

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Методические указания	УУД
				<p>Умение запросить помощь и воспользоваться помощью учителя</p>
<p>Основная часть</p>	<p>Повторить способы метания мяча из-за головы:</p> <p>а) сидя б) с колена в) стоя</p> <p>Игра «Снайпер» Играют две команды У игроков теннисные мячи. Количество попаданий в обруч приносит победу команде</p> <p>Закрепление двигательного действия Ведение мяча правой, левой рукой: а) правой, поочередно левой б) приставным шагом в) с пониженным соскоком</p> <p>Игра «Пятнашки» Дети выбирают одного ученика, и дают ему прозвище «пятнашки». Роль его состоит в том, что он внимательно следил за бегущими по разным направлениям детьми и старался, во что бы то ни стало поймать одного и запятнать его, т. е. коснуться рукой. Ловля и передача волейбольного мяча: а) в парах на месте б) в движении</p>	<p>7 мин</p> <p>8 мин</p> <p>7мин</p>	<p>Создание ситуации для анализа и самоанализа</p>	<p>Умение анализировать и объективно оценивать результат своей деятельности</p> <p>Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения</p> <p>Умение планировать учебное сотрудничество со сверстниками</p> <p>Формировать упорство и трудолюбие в достижении поставленной цели</p> <p>Формировать стремление технически правильно выполнять физкультурно-оздоровительные действия</p>

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Методические указания	УУД
	<p>Игра «Перестрелка» Волейбольная площадка 9м×18м. Играют две команды. У каждого игрока по мячу. Игроки перебрасывают мячи через сетку. Выигрывает команда, забросившая большое количество мячей сопернику</p>	10 мин		и включать их в игровую и соревновательную деятельность
Заключительная часть	<p>Подведение итогов урока. Строевые приемы перестроения</p> <p>Рефлексия: «Знай свое тело»: а) функция скелета и мышечной системы в организме б) нарисовать на доске скелет и мышцы человека</p> <p>Домашнее задание.</p>	3 мин	Формирование самооценки установка на восстановление организма	<p>Умение применять полученные знания при выполнении физических упражнений</p> <p>Умение моделировать</p> <p>Комплекс 3</p>