

**Школа: №83**

**Класс: 3**

**Кабинет: спорт.зал**

**ФИО учителя: Кардонская О.А.**

**ФИ студента: Костромина А., группа № 301НК**

**ФИО методиста: Андреева Т.С.**

## **КОНСПЕКТ УРОКА физической культуры**

**Тема: «Подвижные игры».**

**Цели деятельности учителя:** развитие интереса к подвижным играм и универсальных способностей посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся в игровой деятельности

**Планируемые результаты:**

*Предметные:*

- развивать умение осознавать и понимать правила подвижных игр;
- развивать умение организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью подвижных игр.

*Личностные:*

- осознавать навык сотрудничества со сверстниками в подвижных играх;
- развивать дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

**Инвентарь:** мячи, свисток, гимнастическая палка

Челябинск, 2021

Этап урока	Дозировка	Содержание урока		Формируемые УУД
		Деятельность учителя	Деятельность учащихся	
<b>I.</b> <b>Подготовительный этап</b>	<b>15 мин</b>	<p>Построение по команде:            «В одну шеренгу, становись!»            -Футболки заправили, носки подравняли.            «Равняйсь!»            «Смирно!»            «Вольно!»            - Здравствуйте, ребята!            - Меня зовут Светлана Анатольевна, и сегодня я проведу у вас урок физической культуры.            -Тема нашего урока: «Подвижные игры».            «Напра-во раз, два!»            «В обход налево шагом, марш!»            - Дистанция 2 шага. Упражнения в движении:</p>	<p>Построение.</p> <p>Настраиваются на работу.            Выполняют упражнения в движении по команде учителя.</p>	<p><b>Л.:</b>самоопределение к деятельности</p> <p><b>Л.:</b> формирование потребности в занятиях физической культурой</p> <p><b>П.:</b> осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий</p> <p><b>Р.:</b> воспринимают и сохраняют учебную задачу, планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей, осуществляя пошаговый контроль своих действий</p>
	1 круг	<p><b>1. Руки вверх, на носках, марш!</b>  <b>ОМУ: руки прямые, тянемся вверх, ладони внутрь.</b></p>	Выполняют движения за учителем.	
	1 круг	<p><b>2. Руки за голову, на пятках, марш!</b>  <b>ОМУ: спина прямая, локти в стороны.</b></p>		
	1 круг	<p><b>3. Руки в стороны, на внешней стороне стопы, марш!</b>  <b>ОМУ: руки прямые, взгляд вперед!</b></p>	Выполняют движения в ходьбе.	
	1 круг	<p><b>4. Руки на пояс, на пятках, марш!</b>  <b>ОМУ: взгляд вперед, спина прямая!</b>            - Без задания.</p>		
	2 круга	<p>- Бегом марш!  <b>ОМУ: дистанция 2 шага.</b></p>		
	1 круг	<p>- Переходим на шаг, восстанавливаем дыхание.            - Через центр в колонну по 4 марш!            - Направляющий на месте стой раз-два.            - На вытянутые руки разомкнись.</p>	Восстанавливают дыхание.	

	4 раза	<b>ОРУ на месте:</b> «Посмотрите упражнение» <b>1.</b> И.п. - Стойка ноги врозь, руки на пояс. 1- наклон головы вправо. 2- и.п. 3 - наклон головы влево. 4- и.п. <b>ОМУ: выполнять медленно, без резких движений.</b>	Выполняют ОРУ.	<b>П.:</b> осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий  <b>Р.:</b> умение воспринимать педагога, слушать и слышать его
	4 раза	«Посмотрите упражнение» <b>2.</b> И.п. - Стойка ноги врозь, руки к плечам. 1–4–круговые движения руками вперед 5–8 -круговые движения руками назад <b>ОМУ: выполнять с большой амплитудой.</b>	Выполняют ОРУ.	
	4 раза	«Посмотрите упражнение» <b>3.</b> И.п. - узкая стойка, руки вниз, мяч в руках; 1 - поднять руки до уровня груди; 2 - поднять руки вверх; 3 - опустить руки до уровня груди; 4 - и.п. - И.п. принять! - Упражнение вправо начи-най! <b>ОМУ: движения не резкие, спина прямая.; смотреть вперед.</b>	Выполняют ОРУ.	
	4 раза	«Посмотрите упражнение» <b>4.</b> И. п. – ноги врозь, мяч в согнутых руках за головой. 1–4. – Круговое вращение туловищем влево – вперед, вправо – назад, удерживая мяч за головой. То же в другую сторону. - И.п. принять! - Упражнение начи-най!. <b>ОМУ: выполнять упражнение не торопясь.</b>	Выполняют ОРУ.	<b>П.:</b> осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий
	4 раза	«Посмотрите упражнение» <b>5.</b> И.п. - ноги на ширине плеч, руки вверх, мяч в руках; 1,2 - наклон туловища вправо (влево);		

	<p>3, 4 - и.п. - И.п. принять! - Упражнение начи-най! <b>ОМУ: упражнения начинаем выполнять в правую сторону.</b></p> <p>4 раза «Посмотрите упражнение» <b>6.</b> И.п. - ноги на ширине плеч, руки вверх, мяч в руках; 1 - наклониться, не сгибая коленей, коснуться мячом пола; 2 - коснуться мячом пола за спиной; 3 - коснуться мячом пола перед собой; 4 - и.п. - И.п. принять! - Упражнение вправо начи-най! <b>ОМУ: наклоны выполнять как можно ниже, не торопясь.</b></p> <p>4 раза «Посмотрите упражнение» <b>7.</b> И.п.: основная стойка, мяч перед грудью; 1 – прыжок ноги врозь, мяч вверх; 2 – прыжок ноги вместе, мяч перед грудью; 3–4 – то же. - И.п. принять! - Упражнение вправо начи-най! <b>ОМУ: прыжки на носках, чуть сгибая колени.</b></p> <p>По 5 р. на каждой ноге, 10 р. на двух ногах «Посмотрите упражнение» <b>8.</b> Прыжки, мяч в руках (на правой, на левой, на двух ногах) - И.п. принять! - Каждый под свой счет упражнение начи-най! - Молодцы. -Восстанавливаем дыхание.</p>	<p>Выполняют ОРУ.</p> <p>Выполняют ОРУ.</p> <p>Выполняют ОРУ.</p>	<p><b>П.:</b> осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий</p> <p><b>Р.:</b> умение воспринимать педагога, слушать и слышать его</p>
<b>II. Основной этап</b>	<p><b>20 мин</b></p> <p><u><b>Подвижная игра «Успей занять место»</b></u> Играющие образуют круг и рассчитываются по порядку номеров. Водящий становится в центре круга. Он громко называет два номера. Вызванные номера должны немедленно поменяться местами. Воспользовавшись этим, водящий</p>	<p>Слушают и воспринимают правила. Выбирают водящего. Играют в игру.</p>	<p><b>Р.:</b> планирование своих действий <b>К:</b> планирование учебного</p>

	<p>старается опередить одного из них и занять его место. Оставшийся без места идет водить.</p> <p>Номера, присвоенные участникам в начале игры, не должны меняться, когда тот или иной из них временно становится водящим.</p> <p><b><u>Подвижная игра «Воробьи и вороны»</u></b></p> <p>Играют две команды по 10 человек. Игроки одной — вороны, другой — воробьи. Группы выстраиваются в шеренгу, спиной друг к другу. Определяется, где у команды домик, куда можно спрятаться, чтобы не быть запятнанным. Ведущий выкрикивает название одной из команд, например: «Во-ро-ны!». Воробьи убегают в свой домик, а вороны их ловят. Если подан сигнал «Во-ро-бьи!», тогда вороны убегают, а воробьи их ловят. Число пойманных игроков подсчитывается. Побеждает команда, поймавшая наибольшее количество соперников.</p> <p><b><u>Подвижная игра «Падающая палка»</u></b></p> <p>Все становятся в круг и рассчитываются по порядку номеров. Первый номер становится в середину круга, держа в руках гимнастическую палку. Один ее конец он ставит на землю, а другой придерживает рукой сверху так, чтобы палка стояла вертикально. Затем он громко называет какой-нибудь номер и отпускает палку. Игрок с названным номером должен успеть подхватить падающую палку. Водящий в это время отбегает назад. Если вызванный игрок успел схватить палку и она не упала на землю, то он возвращается на свое место, а водящий продолжает водить. Если же он не поймает палку, то становится водящим, а тот, кто водил, идет в круг на свое место.</p> <p>Играют установленное время, после чего станет видно, кто меньшее число раз был водящим. Он и считается победителем.</p> <p>Если желающих играть больше 10 человек, то лучше организовать для игры два круга.</p>	<p>Слушают и воспринимают правила. Делятся на команды. Играют в игру.</p> <p>Слушают и воспринимают правила. Становятся в круг. Играют в игру.</p>	<p>сотрудничества</p> <p><b>П.:</b> выбор эффективных способов решения поставленных задач <b>К:</b> оценка, постановка вопросов</p> <p><b>Р.:</b> воспринимают и сохраняют учебную задачу, планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей, осуществляя пошаговый контроль своих действий</p> <p><b>П.:</b> выбор эффективных способов решения поставленных задач</p>
--	--	--	---

		<p style="text-align: center;"><b><u>Подвижная игра «Инвалид»</u></b></p> <p>Игроки становятся в круг и перебрасывают друг другу мячик. Если кто-то не смог его поймать, то игрок, который бросал мяч, «забирает» у штрафника на выбор какую-нибудь часть тела. Например, ногу (игрок продолжает играть, стоя на одной ноге), руку (нужно ловить мяч только одной рукой), глаз (его закрывают), рот (не разговаривать).</p> <p>5. Для игры понадобится большая веселая компания детей, много места (идеально ровная площадка во дворе или на природе) и мяч. Дети выбирают водящего. Можно выбрать с помощью считалок, а можно выкидывая пальцы (Камень-ножницы-бумага) или как-то по-другому. Все игроки вместе с водящим становятся в широкий круг. Дети стоят на небольшом расстоянии друг от друга. Водящий берет мяч и быстро кидает его рядом стоящему игроку (мяч перекидывается против часовой стрелки). Если игрок не "ловил ворон" и поймал мяч, то он продолжает игру и кидает мяч следующему ребенку. Если же игрок не поймал мяч, то водящий "отбирает" у игрока часть тела, то есть делает его инвалидом.</p> <p style="text-align: center;"><b><u>Игра на восстановление дыхания «Запах цветка»</u></b></p> <p>Нужно представить, что вы вдыхаете аромат красивого цветка, который растёт на поляне. Нужно сделать шумный медленный вдох носом, и выдохнуть ртом.</p>	<p>Слушают и воспринимают правила. Становятся в круг. Играют в игру.</p> <p>Восстанавливают дыхание в процессе игры.</p>	<p><b>Р.:</b> планирование своих действий <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества</p> <p><b>Л.:</b> смыслообразование <b>Р.:</b> контроль</p>
<b>III. Заключительный этап</b>	<b>5 мин</b>	<p>- «В одну шеренгу, становись!» - Сейчас мы сыграем в игру на внимание «<b>У кого длинный хвост.</b>»</p> <p>Играющие образуют круг. Ведущий называет разных животных. Если у названного животного длинный хвост, дети должны присесть, если же хвоста нет или он короткий, стоят на месте. Итак, игра начинается. Называются животные, например: лошадь (длинный), коза (короткий), корова (длинный), лиса (длинный), медведь (короткий), свинья (короткий), лев (длинный) и т.д. Ведущий приседает во всех</p>	<p>Построение. Играют в игру «У кого длинный хвост».</p> <p>Слушают учителя.</p>	<p><b>П.:</b> выбор эффективных способов решения поставленных задач.</p> <p><b>П.:</b> контроль и оценка процесса и результатов деятельности</p>

	<p>случаях, пытаюсь запутать детей. Тот, кто ошибается, зарабатывает штрафное очко. Победителем игры становится ученик, набравший меньшее количество штрафных очков.</p> <p>«Закончили»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Молодцы, но в следующий раз будьте внимательнее!</li> <li>- Итак, ребята, скажите, что мы делали на уроке? Для чего были выполнены эти упражнения, что мы развивали?</li> <li>- Какая игра вам понравилась больше всего?</li> <li>- Равняйся!</li> <li>- Смирно!</li> <li>- Спасибо за урок. Класс, напра-во, раз-два!».</li> </ul> <p>«За направляющим в обход налево шагом марш!»</p>	<p>Играют. В процессе игры корректируют свою деятельность.</p> <p>Отвечают на вопросы. Оценивают свою деятельность.</p>	<p><b>Л.:</b> смыслообразование</p> <p><b>Р.:</b> оценка выполнения двигательных действий согласно поставленным задачам</p>
--	--	---	---