

## **Конспект урока №1 по физической культуре во 2 «М» классе 3 четверть, «3» января 2023г.**

**Конспект составлял:** Лаур Валерия Валерьевна

**Методист:** Ртищева Мария Васильевна

**Учитель:** Ливикина Татьяна Александровна

**Тема урока:** «Подвижные игры»

**Цель урока:** «Формирование интереса и инициативы учащихся на занятиях с помощью игр и упражнений, направленных на развитие ловкости, быстроты и координации»

**Планируемые результаты**

**Предметные:**

- Закрепить теоретические знания о влиянии подвижных игр на здоровье человека
- Уметь соблюдать правила во время подвижных игр
- Развитие свойств внимания в процессе игровой деятельности учащихся
- Знать подвижные игры коллективного характера

**Личностные:**

- Проявлять дисциплинированность при организационном входе и выходе в спортзал, проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.
- Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык при выполнении ОРУ, подводящих упражнений.

**Тип урока:** образовательно-обучающий

**Место проведения:** спортивный зал, МАОУ «Многопрофильный лицей № 148 г. Челябинска»

**Инвентарь и оборудование:** свисток, мяч

**Продолжительность урока:** 40 мин

## Ход урока

№ п\п	Содержание урока	Корректиров ка содержания	Дозиров ка	Организационно-методические указания	Формируемые УУД
<b>Подготовительная часть урока ( 12 мин)</b>					
1.	Построение. Приветствие.		4 мин	<p><b>Проверить готовность обучающихся к уроку (наличие спортивной формы и обуви; выявление больных и отсутствующих).</b></p> <p><b>Учитель приветствует класс, подает команды:</b></p> <p>«Класс, в одну шеренгу становись!»</p> <p>«Равняйсь!»</p> <p>«Смирно!»</p> <p>«Здравствуйте, меня зовут Валерия Валерьевна и, сегодня урок физической культуры проведу у вас я.»</p> <p>«По порядку - рассчитайсь!»</p> <p>«Вольно!»</p> <p>Сообщение темы урока</p> <p>«Тема сегодняшнего нашего занятия</p> <p>«Подвижные игры»</p> <p>- Как вы думаете, какие качества мы развиваем во время игр? (<i>ловкость, скорость, внимание, выносливость и т.д</i>)</p>	<p>ПУУД: формулирование целей урока (обучающиеся узнают, чем мы будем заниматься на уроке)</p> <p>выделение необходимой информации</p> <p>ЛУУД: Смыслообразование (обучающиеся осознают, чем сегодня будут заниматься на уроке и чему должны обучиться)</p>
2.	<p>Упражнения на осанку:</p> <p>- ходьба на носках;</p> <p>- ходьба на пятках;</p> <p>- ходьба на внешней стороне стопы;</p>		<p>0,5 круга</p> <p>0,5 круга</p> <p>0,5 круга</p>	<p>Команда: «Направо – раз – два!», «В обход налево шагом марш!»</p> <p>«На носках марш! Взгляд вперед, спина прямая. Руки вверх. Ладони смотрят друг на друга»</p> <p>«На пятках марш! Спина прямая, темп медленный. Руки на пояс»</p> <p>«На внешней стороне стопы марш! Взгляд вперед, спину держать ровно. Руки на пояс»</p>	<p>ЛУУД: Смыслообразование (получение необходимых знаний, умений)</p> <p>РУУД: Соотнесение известного и неизвестного (Осуществляют контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем.)</p> <p>ПУУД: Выделение необходимой информации (обучающиеся</p>

	<p>- перекаты с пятки на носок;</p> <p>- Бег</p> <p>Упражнение на восстановление дыхания в ходьбе.</p> <p>Перестроение</p>		<p>0,5 круга</p> <p>1 мин</p> <p>1 мин</p> <p>1 мин</p>	<p>«Перекаты с пятки на носок марш! Темп средний, спина прямая. Руки на пояс»</p> <p>«Бегом - марш!» Темп медленный. Дистанция 2 – 3 шага.</p> <p>«Шагом марш!»</p> <p>На 1 - 2 руки через стороны вверх - вдох (через нос);</p> <p>На 3 - 4 руки через стороны вниз - выдох (через рот);</p> <p>«Направляющий, на месте!» «Левой, левой, рад-два-три!»</p> <p>«На месте стой раз – два!»</p> <p>«Налево - раз – два!»</p> <p>«Налево!»</p> <p>«На 1, 2, 3 рассчитайсь!»</p> <p>«1-стоят на месте, 2-три шага вперед, 3-четыре шага вперед»</p> <p>«По расчету шагом марш!»</p> <p>«Влево от направляющего приставными шагами на вытянутые руки – разомкнись!»</p>	<p>выделяют наиболее важную информацию по выполнению техники упражнений).</p>
3.	ОРУ		5 мин		<p>ЛУУД: Смыслообразование (получение необходимых знаний, умений)</p> <p>РУУД: Соотнесение известного и неизвестного (Осуществляют контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем.)</p> <p>ПУУД: Выделение необходимой информации (обучающиеся выделяют наиболее важную информацию по выполнению техники упражнений);</p>
3.1	<p>Повороты головы:</p> <p>И.п. – широкая стойка, руки на пояс.</p> <p>1 – вправо;</p>		6 раз	<p>«Исходное положение принять! Упражнение влево начинай!»,</p> <p>«Стой!». Темп медленный. Спина прямая.</p>	

	2 – И.п.; 3 – влево; 4 – И.п.				
3.2	Вращения в плечевом суставе: И.п. – стойка ноги врозь, руки к плечам. 1 – 4 – вперед; 1 – 4 – назад.		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение вперед начинай!», «Стой!». Спина прямая.	
3.3	Рывки руками. И.п. – стойка ноги врозь, правая вверх, левая вниз. 1-2 - рывки правая вверх, левая вниз. 3-4 – тоже левая вверх, правая вниз		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение вперед начинай!» «Стой!». Спина прямая.	
3.4	Вращение в локтевом суставе И.п. – стойка ноги врозь, руки параллельно полу. 1 – 4 – вперед; 1 – 4 – назад.		6 раз	«Исходное положение принять!» «Упражнение вперёд начинай!», «Стой!». Темп средний.	
3.5	Наклоны туловища: И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе 1 – Наклоны туловища вправо, левая рука вверх над головой; 2 – вернуться в и.п.; 3 – наклон туловища влево, правая рука вверх над головой; 4 – вернуться в и.п.		6 раз	«Исходное положение принять!» «Упражнение вправо начинай!» «Стой!» Темп средний.	
3.6	Повороты туловища И.п. – стойка ноги врозь, руки на поясе. 1 – поворот вправо; 2 – И.п.;		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение в вправо сторону начинай!», «Стой!». Темп средний.	

	3 – поворот влево; 4 – И.п.				
3.7	Круговые вращения тазом: И.п. – широкая стойка, руки на пояс. 1 – 4 – в левую; 1 – 4 – в правую		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение влево начинай!», «Стой!».	
3.8	Прыжки на месте с хлопками над головой И.п.- о.с. 1- прыжок, ноги в стороны, хлопок над головой, 2- И.п. 3- прыжок, ноги вместе, хлопок над головой 4 - И.п.		4 раза	«Исходное положение принять! Упражнение начинай!»	
3.7	Вращение голеностопного сустава: И.п. – стойка ноги врозь. 1 – 4 - вправо; 4 –8 – влево.		10 раз	«И.п. принять! Упражнение начинай!», «Стой!»	
4.	Перестроение		30 сек	«Кругом раз-два!» «На свои места шагом - марш!»	
<b>Основная часть урока ( 20 мин)</b>					
5.	Основная часть		5 мин		ЛУУД: Смыслообразование (дети осознают технику выполнения упражнений) РУУД: Оценка выполненных действий (оценивать правильность выполняемых действий) ПУУД: Выделение необходимой информации (понимание как выполнять упражнений);
5.1	Подвижная игра «Пятнашки»		5 мин	Дети находятся в разных местах площадки (границы обозначает учитель). Назначенный учителем (или по желанию ученика) пятнашка (водящий) становится на	

				<p>середине площадки.</p> <p>После сигнала воспитателя: «Лови!» - все дети разбегаются по площадке, а пятнашка (водящий) старается догнать кого-нибудь из играющих и коснуться его рукой.</p> <p>Тот, кого пятнашка (водящий) коснулся рукой, отходит в сторону. Игра заканчивается, когда пятнашка запятнает всех игроков или когда истечет обозначенное учителем время.</p> <p><i>(Если пятнашка не может поймать никого из играющих, учитель должен назначить другого водящего).</i></p> <p><i>(Менять водящего через 1-2 минуты)</i></p>	
5.2	Подвижная игра «Прыгающие воробушки»		5 мин	<p>«В одну шеренгу становись!»</p> <p>В центре круга находится ведущий – «кошка/кот». За кругом стоят все обучающиеся, которые являются «воробушками». Они запрыгивают в круг и прыгают внутри него. Затем так же из него выпрыгивают. «Кошка/кот» старается поймать «воробушка», когда тот скачет внутри круга. Если «воробушка» все-таки поймали, то он становится ведущим и игра начинается сначала.</p> <p><i>Предварительно на асфальте чертится круг с помощью мела.</i></p>	
5.3	Подвижная игра «Мяч водящему»		5 мин	<p><i>Разделение на две команды</i></p> <p>«Класс, в одну шеренгу становись!»</p> <p>«На 1-2 рассчитайсь!»</p> <p>«Вторые номера шаг вперед!»</p> <p>Дети делятся на 2 команды. Дети стоят в обручах (нарисованных мелом кругах) на двух сторонах игровой площадки. Водящие стоят в центре зала спиной друг к другу и передают мяч разными способами каждому игроку по очереди. По сигналу «Мяч</p>	

				водящему». После свистка дети и водящие меняются местами. Побеждает та команда, которая быстрее займет места на противоположной стороне спортивного зала.	
5.4	Подвижная игра «Пустое место»		5 мин	«В одну шеренгу становись!» Играющие образуют круг. Водящий идет по кругу (с внешней стороны) и дотрагивается до одного из игроков, после чего бежит по кругу в любую сторону. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в противоположную сторону. Каждый из них старается прибежать к образовавшемуся пустому месту. Кто прибежит раньше, становится в круг, опоздавший водит.	
<b>Заключительная часть урока ( 5 мин)</b>					
6	Перестроение		1 мин	Учитель дает команду: «В одну шеренгу становись!»	РУУД: планирование (дальнейшие действия)
7	Игра на внимание		2 мин	Игра на внимание «3-13-33» На счет «3» -руки вперед, «13»-руки к плечам, «33»-руки вверх.	
8	Подведение итогов		1 мин	«Какая тема нашего урока?» «Что было самое сложное? Самое легкое?» «Спасибо за урок!» «Налево! Раз-два!» «За учителем шагом марш!»	РУУД: оценка ПУУД: рефлексия, анализ