

**План – конспект
урока по физической культуре
в рамках методической школьной недели.
Конспект урока по физической культуре для 2 "А" класса (по ФГОС)**

Дата проведения: 12.10.2012год

Тема: «Легкая атлетика».

Разработан учителем физической культуры Малининой Ириной Сергеевной

Цель урока: формирование знаний и умений двигательных качеств.

Задачи:

Образовательные:

- Совершенствовать технику прыжку в длину с места, технику бросков набивного мяча из-за головы.
- Совершенствовать строевые упражнения.
- Закреплять понятия двигательных действий.
- Укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.

Оздоровительные: Укрепление здоровья.

Воспитательные: Воспитание дисциплинированности, активности, взаимопомощи, сотрудничества.

Место проведения: спортивный зал МБУ СОШ № 34.

Оборудование и инвентарь: магнитофон, гимнастические коврики, набивные мячи.

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Деятельность учащегося			
		Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6
<p>Подготовительный(11 минут)</p> <p>1.Сообщение УЗ на урок.</p> <p>2.Разминка: Ходьба (танцевальные движения, ходьба на пятках, носках) бег; спец. упражнения (бег с высоким подниманием бедра, выпрыгивание вверх на каждый шаг, «ножницы», «бег по кочкам»).</p> <p>3. ОРУ на месте. Упражнения выполняются под музыку.</p>	<p>Ознакомить учащихся с целью и задачами урока.</p> <p>Давать команды при ходьбе. Методические указания по технике выполнения упражнений.</p> <p>Задача учащихся постараться услышать музыку, и выполнять соответствующие упражнения и движения. Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока</p> <p>Исправлять технические ошибки.</p>	<p>Установить роль разминки при подготовке организма к нагрузке.</p> <p>Уточнить влияние разминки мышц ног на готовность к работе.</p>	<p><i>Прогнозирование</i>- предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик</p> <p>Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп</p>	<p><i>Общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач</p> <p><i>Общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p>	<p>Обсудить ход предстоящей разминки</p> <p>Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки как со сверстниками, так и с учителем</p>
<p>Основной (23 минут)</p> <p>1. <u>Прыжок в длину с места.</u> (7минут)</p> <p>Напоминание техники прыжка с места по указанным ориентирам.</p> <p>Упражнения выполняются одновременно всем классом.</p>	<p>Следить за техникой выполнения (отталкиваются только двумя ногами).</p> <p>Совершенствовать самоконтроль за своими действиями.</p> <p>Между прыжками пауза-</p>	<p>Показывать технику изучаемых методов и действий, повторять и осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять</p>	<p><i>Коррекция</i> - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.</p>	<p>Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов</p>	<p>Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий</p>

<p>В процессе самоконтроля детей длина ориентиров увеличивается.</p> <p>2. <u>Броски мяча вперед из-за головы на дальность. (8 минут)</u></p> <p>Напоминание техники выполнения броска набивного мяча из-за головы.</p> <p>Выполняют упражнения 2 группы по очереди.</p> <p>3. Подвижная игра «Светофор» (5 минут).</p> <p>4. Подвижная игра «Торт» (3 минуты).</p>	<p>контроль учителя.</p> <p>Показ учителям техники выполнения.</p> <p>Следить за правилами техники безопасности.</p> <p>Объяснить условия игры. Поставить баллы за лучшее выполнение задания</p> <p>Исправить ошибки</p>	<p>типичные ошибки.</p> <p>Применять правила подбора одежды для занятия спортом.</p> <p>Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия в сочетании с музыкой для комплексного развития физических способностей.</p>	<p>Коррекция - адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению ошибок.</p> <p>Целеполагание - преобразовать познавательную задачу в практическую</p>	<p><i>Общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Информационные</i> - искать и находить необходимую информацию из различных источников.</p>	<p>Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения работы одноклассников в различных элементах.</p>
<p>Заключительный (6 минут)</p> <p>Упражнения для успокоения, для формирования правильной осанки</p> <p>«Минутки для души»</p> <p>1. Упражнения на мелкую</p>	<p>Упражнения выполняются на гимнастических ковриках.</p>	<p>Определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке.</p> <p>Осознавать</p>	<p>Определить смысл поставленной на уроке УЗ</p>	<p>Формировать умения и выделять основные признаки сравнения</p>	<p>Обеспечивать социальную компетентность и учет позиции других людей</p>

<p>моторику рук.</p> <p>2. Упражнение «Бабочка» сидя на коленях руки опущены, заведя руки за спину, соединить ладони. Затем вывернуть сложенные руки пальцами вверх, расположите кисти так, чтобы мизинцы по всей длине касались позвоночника.</p> <p>3. Упражнение «Лебедь» сидя отвести плечи назад, приблизив лопатки друг к другу, руки за спиной взять в замок и выпрямить в локтях</p> <p>4. Подведение итогов урока, выставление оценок.</p> <p>Домашнее задание</p>	<p>Локти приподнять, спину выпрямить, грудную клетку максимально развернуть, плечи обязательно отвести назад.</p> <p>Дыхание произвольное, спокойное.</p> <p>Упражнение выполнять плавно, дыхание произвольное, спокойное.</p> <p>Оценить проводящих комплекс ОРУ.</p>	<p>надобность домашнего задания</p>		<p>выполнения УЗ</p>	
---	--	-------------------------------------	--	----------------------	--