

План – конспект

урока по физической культуре

Конспект урока по физической культуре для 1 "Б" класса (по ФГОС)

Дата проведения: 16.10.2024 год

Тема: «Легкая атлетика».

Разработан учителем физической культуры Китовой Татьяной Юрьевной

Цель урока: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО.

Задачи:

Образовательные:

- Знакомство с терминологией слова ГТО.
- Освоение техники упражнений, входящие в комплекс ГТО.
- Взаимодействовать со сверстниками в процессе игры: "День, ночь".

Оздоровительные: укрепление здоровья, коррекция телосложения.

Воспитательные: воспитание дисциплинированности, чувства коллективизма, интереса к предмету.

Место проведения: спортивный зал МБУ «Школа № 34».

Оборудование и инвентарь: свисток, конусы.

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Деятельность учащегося			
		Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6
<p>Подготовительный(12минут)</p> <p>1.Сообщение УЗ урока</p> <p>2. Повороты на месте</p> <p>3.Разминка:</p> <p>Ходьба (на носках, пятках)</p> <p>Бег</p> <p>4. ОРУ на месте</p>	<p>Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок</p> <p>Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока</p>	<p>Установить роль разминки при подготовке организма к занятию с мячом</p> <p>Уточнить влияние разминки.</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(30 минут)</p> <p>Выполнение упражнений, подготавливающих учащихся к сдаче норм ГТО</p> <p>1. Поднимание туловища из положения лежа на спине</p> <p>2. Поднимание прямых ног лежа на спине</p>	<p>Объяснить технику изучаемых упражнений, добиться их самостоятельному освоению, выявить и устранить типичные ошибки.</p>	<p>Описывать технику изучаемых игровых приемов 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>3. «Лодочка»</p> <p>4. «Планка»</p> <p>5. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу</p> <p>6. «Берпи»</p> <p>7. Наклон вперед из положения сидя на полу</p> <p>Игра «День, ночь»</p>	<p>Объяснить правила игры</p>	<p>типичные ошибки.</p> <p>Применять правила подбора одежды для занятия спортом и использовать игру в «День, ночь» в организации активного отдыха.</p> <p>Определять степень утомления организма во время игровой</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 выделять необходимую информацию из различных источников в игре.</p>	<p>Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения работы одноклассников с элементами игры.</p>
--	-------------------------------	---	--	--	---

		<p>деятельности, использовать игровые действия для комплексного развития физических способностей.</p>			
<p>Заключительный (3минут)</p> <p>1. Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия</p> <p>2. Домашнее задание</p>	<p>Восстановить дыхание после игры.</p> <p>Проверить степень усвоения обучающимися УЗ</p>	<p>Определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке.</p> <p>Осознавать необходимость домашнего задания</p>	<p>Определить смысл поставленной на уроке УЗ</p>	<p>Формировать умения и выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ</p>	<p>Обеспечивать социальную компетентность и учет позиции других людей</p>