

Конспект урока по физической культуре в 3 классе

Технологическая карта урока

Базовый учебник В.И. Лях «Физическая Культура»

Тема урока: Акробатические комбинации. Эстафеты с элементами гимнастики.

Цель урока: Выполнять акробатические и гимнастические соединения.

Задачи урока:

Образовательные задачи (*предметные результаты*):

1. Закреплять группировки (в приседе, лёжа), перекаты (назад), кувырок вперед, кувырок назад, перекач назад в стойку на лопатках, мост из положения лежа.

Развивающие задачи (*метапредметные результаты*):

1. Формировать умение общаться со сверстниками в соревновательной деятельности (*коммуникативное УУД*).
2. Ознакомить с новыми эстафетами (*познавательное УУД*).

Воспитательные задачи (*личностные результаты*):

1. Формировать умение проявлять дисциплинированность (*личностное УУД*).
2. Умение видеть и чувствовать красоту движения (*личностное УУД*).
3. Знать правильную осанку и соблюдать ее (*личностное УУД*).

Тип урока: Урок повторения.

Необходимое оборудование: гимнастические палки, гимнастические маты, баскетбольные мячи, скамейки.

СТРУКТУРА И ХОД УРОКА

№	Этап урока	Деятельность учителя	Деятельность ученика	Формируемые УУД
1	2	3	4	5
1	<p>Подготовительный этап (12 мин.):</p> <p>Построение класса. Прием рапорта. Сообщение задач урока. Сегодня на уроке мы повторим освоенные ранее акробатические элементы и научимся выполнять их в определенной последовательности в едином комплексе. А также проведем несколько эстафет с элементами гимнастики и направленные на развитие быстроты и координации движения.</p> <p>Перестроение из одной шеренги в две. 1. «Класс, на первый -второй – РАССЧИТАЙСЬ!» 2.«Класс, в две шеренги –СТАНОВИСЬ!». 3. «Класс, в одну шеренгу – СТАНОВИСЬ!».</p> <p>Упражнения в ходьбе: на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы</p> <p>Упражнение "Смена мест"</p>	<p>Организация обучающихся на урок. Указывается вид строя.</p> <p>Следить за осанкой, за правильным выполнением упражнений.</p> <p>Соблюдать интервал. Закрепление знаний по двигательным действиям Следить за правильным выполнением упражнения Следить за правильной сменой мест в колонне и за соблюдением дистанции</p>	<p>Построение в одну шеренгу. Дежурный сдает рапорт учителю. Во время рапорта класс стоит по стойке смирно.</p> <p>1.Расчет выполняется с поворотом головы налево. 2. Первые номера стоят на месте. На счет 1 – вторые номера делают шаг левой вперед На счет 2 – вторые номера делают шаг правой в сторону На счет 3 – приставить ногу 3.Все действия выполняются в обратном порядке.</p> <p>Следить за осанкой, положением рук и головы.</p> <p>Ученики в движении рассчитываются на первый - второй. По команде учителя "Смена мест (вторые)" ученики под номером два</p>	<p>Постановка учебной цели занятия</p> <p>Умение правильно выполнять двигательное действие Умение организовать собственную деятельность Умение распознавать и называть двигательное действие</p> <p>Понимание необходимости выполнения упражнений на профилактику плоскостопия.</p> <p>Понимание необходимости</p>

	<p>Упражнения в беге: Медленный бег в равномерном темпе - бег с высоким подниманием бедра - захлестыванием голени назад - приставным шагом правым и левым боком Ходьба в обход.</p> <p>Перестроение колонну по два.</p> <p>Комплекс ОРУ с гимнастическими палками 1. И.П.- Основная стойка, палка внизу 1 - наклон головы вправо; 2 - наклон головы вперед; 3 - наклон головы влево; 4 - наклон головы назад. 2. И.П.- Основная стойка, палка внизу 1 - руки вверх; 2 - руки за голову; 3 - руки вверх; 4 - И.П. 3. И.П.- Основная стойка, палка внизу 1 - руки вверх правая нога назад на носок;</p>	<p>Упражнения выполняются по диагонали</p> <p>«Налево в колонну по два - МАРШ!»</p> <p>Комплекс упражнений выполняется под музыку.</p> <p>Следить за правильным выполнением упражнений, за положением рук, ног, амплитудой движения.</p>	<p>обходят слева учеников под номером один и становятся перед ними и продолжают движения в колонне. По команде учителя "Смена мест (первые)" ученики под номером один обходят слева учеников под номером два и становятся перед ними и продолжают движения в колонне.</p> <p>Каждый второй в колонне подает команду – «МАРШ!».</p> <p>Ученики выполняют упражнения, повторяя за учителем.</p>	<p>выполнения упражнений для развития координации .</p> <p>Умение правильно выполнять упражнения</p> <p>Умение перестраиваться и слышать команды одноклассника</p> <p>Умение правильно выполнять упражнения с предметом(К)</p>
--	---	--	---	--

	<p>2 - И.П.;</p> <p>3 - руки вверх левая нога назад на носок;</p> <p>4 - И.П.</p> <p>4. И.П.- Широкая стойка ноги врозь руки вверх</p> <p>1 - наклон туловища вправо;</p> <p>2 - И.П.</p> <p>3 - наклон туловища влево;</p> <p>4 - И.П.;</p> <p>5. И.П.- Широкая стойка ноги врозь палка за спиной</p> <p>1 - наклон туловища вперед;</p> <p>2 - И.П.</p> <p>3 - наклон туловища вперед;</p> <p>4 - И.П.;</p> <p>6. И.П.- Широкая стойка ноги врозь руки внизу</p> <p>1 - поворот туловища вправо, руки вперед;</p> <p>2 - И.П.</p> <p>3 - поворот туловища влево, руки вперед;</p> <p>4 - И.П.;</p> <p>6. И.П.- Основная стойка ноги врозь руки внизу</p> <p>1 - выпад правой ногой вперед, руки вверх;</p> <p>2 - И.П.</p> <p>3 - выпад левой ногой вперед, руки вверх;</p> <p>4 - И.П.;</p> <p>7. И.П. - Основная стойка, палка на полу</p> <p>1 - прыжки через палку двумя ногами</p> <p>2 - прыжки через палку правым боком</p> <p>3 - прыжки через палку левым боком</p> <p>Ходьба на месте</p> <p>вдох - выдох</p>	<p>Контролировать правильное выполнение упражнений на восстановление дыхания</p>	<p>Восстановить дыхание</p> <p>Сдать инвентарь</p>	<p>Запомнить упражнения</p> <p>Умение видеть и чувствовать красоту движения</p> <p>Умение правильно выполнять упражнения на восстановление дыхания, умение организованно сдать инвентарь</p>

<p>2</p>	<p>Основной этап (24 мин).</p> <p>Акробатические упражнения</p> <p>1. И.П. - основная стойка спиной к матам 1- упор присев 2- перекаат назад в группировку 3- упор присев 4- И.П.</p> <p>2. Кувырок вперед</p> <p>3. Кувырок назад</p> <p>4. Перекаат назад в стойку на лопатки</p> <p>5. Мост из положения лежа</p> <p>Выполнить связку из 2-х случайно выбранных элементов</p>	<p>Закреплять знаний по двигательным действиям и исходным положениям</p> <p>Соотносить задания учителя с двигательными действиями учеников.</p> <p>Развитие умения давать оценку двигательным действиям.</p>	<p>Повторение ранее изученных акробатических элементов. Класс разделен на две группы. Учащиеся стоят друг напротив друга в парах. Между каждой парой один гимнастический мат. На 1 - 4 счет выполняют - первые номера На 5 - 8 счет выполняют вторые номера</p> <p>Вторые номера переходят и становятся за первыми. Во время кувырка выполнять группировку Соблюдать последовательность выполнения кувырков</p> <p>Упражнение выполняется по очереди. Первый номер выполняет - второй стоя сбоку от мата выполняет страховку(поддерживает ноги)</p> <p>Упражнение выполняется по очереди. Первый номер выполняет - второй стоя сбоку от мата выполняет страховку(поддерживает ученика за поясницу)</p>	<p>Умение технически правильно выполнять двигательное действие</p> <p>Умение выявлять ошибки при выполнении перекаатов и группировок</p> <p>Умение работать в парах</p> <p>Умение давать оценку двигательным действиям партнёра</p>
----------	--	--	--	---

	<p><i>Эстафеты с элементами гимнастики</i></p> <p>1 - прыжки через скакалку</p> <p>2 - бег с гимнастической палкой</p> <p>3- эстафета с мячами</p>	<p>Создание ситуации эмоциональной разрядки.</p> <p>Развивать быстроту и ловкость.</p>	<p>Раздать каждой паре карточку с заданием:</p> <p>1. КУВЫРОК ВПЕРЕД - КУВЫРОК НАЗАД 2. КУВЫРОК ВПЕРЕД - ПЕРЕКАТ НАЗАД В СТОЙКУ НА ЛОПАТКИ 3. КУВЫРОК НАЗАД - МОСТ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ ЛЁЖА</p> <p>Класс перестраивается в две колонны по одному</p> <p>Первый ученик выполняет прыжки через скакалку с продвижением вперед - обегает стойку и возвращается обратно, передает скакалку следующему.</p> <p>Первый ученик бежит с гимнастической палкой в руке - обегает стойку - возвращается обратно и с следующим учеником берут палку за края проносят по ногам всей колонны, первый остается в конце колонны. Следующий выполняет тоже самое. Последний - возвращается и отдает палку первому.</p> <p>И.П. широкая стойка ноги врозь. Мяч в руках у первого учащегося. По сигналу</p>	<p>Умение организовать собственную деятельность</p> <p>Умение работать в команде</p> <p>Уважительное отношение к противнику</p> <p>Умение активно включаться в коллективную деятельность</p> <p>Умение проявлять дисциплинированность (</p>
--	--	--	---	---

			учителя он передает мяч по полу между ногами, последний берет мяч в руки и бежит в начало колонны.	
3	Заключительный этап (4 мин). Построение класса Игра на внимание: «Карлики - Великаны». Домашнее задание. Подведение итогов урока. Организованный уход из зала.	«Класс, в одну шеренгу - СТАНОВИСЬ! » Следить за соблюдением правил игры. Составить комплекс утренней гимнастики для формирования правильной осанки из 5-6 упражнений Отметить лучших, обозначить недостатки. «Класс, на выход шагом - МАРШ! »	Учащиеся строятся в одну шеренгу Выполняются только словесные команды, не обращая внимание на отвлекающие движения.	Умение организовывать коллективную совместную деятельность (К). Умение правильно выполнять совместные команды (Р) Умение применять полученные знания в организации режима дня(Р).