**План – конспект урока**

по физической культуре в 1 классе

(Программа по физической культуре А.П.Матвеева)

Учитель физической культуры: Дей Тамара Ивановна, МОУ СОШ 37 г. Белово

Тема: Гимнастика с основами акробатики.

Цель: Совершенствование выполнения акробатических упражнений под музыкальное сопровождение.

Образовательные задачи: (предметные результаты)

1. Совершенствовать выполнение акробатических упражнений под музыку.
2. Закрепить понятие двигательных действий.
3. Укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и музыкальных способностей, формирование правильной осанки.

Развивающие задачи: (межпредметные результаты)

1. Формировать умение общаться со сверстниками в игровой деятельности (коммуникативные УУД).
2. Развивать умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям (регулятивные УУД).
3. Развивать умение осознанно строить речевые высказывание в устной форме (познавательные УУД).

Воспитательные задачи (личностные результаты):

1. Формировать умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижение поставленной цели (личностные УУД).

Место проведения: малый спортивный зал

Дата проведения: 20.12.2013г.

Время урока: 35 минут

Инвентарь, оборудование: гимнастические маты, коврики, музыкальное сопровождение CD проигрыватель.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержание урока** | **Дозировка** | **Целевая установка заданий** | **Вид УУД** |
| **П****О****Д****Г****О****Т****О****В****И** **Т****Е****Л****Ь****Н****А****Я** | Построение, приветствие, сообщение темы и задачи урока.Повороты на месте, перестроения из 1 шеренги в 2, тоже в колонне.Игра на внимание « Назови двигательное действие».Демонстрация двигательных действий (ходьба, бег, упор присев, упор лёжа, группировка сидя, лёжа).- Ребята, к какому разделу программы по физической культуре относится двигательное действие: бег, группировка, сидя, группировка лёжа?Задание в ходьбе:Ходьба на носках руки в стороны, ходьба на пятках руки за голову, ходьба на внешней, внутренней стороне ступни руки на поясе.Задание в беге и прыжках:Приставными шагами левым, правым боком, прыжками вперёд, отталкивание двумя ногами, «змейкой» спиной вперёд. Упражнения на восстановление дыхания.Упражнения на развитие координаций движений и музыкальных способностей (музыка В.Шаинского « Облака»)Информация и вопросы учителя: - Ребята, наш опорно-двигательный аппарат состоит из костей и мышц. Чтобы быть сильным и крепким , надо развивать мышцы, уметь выполнять упражнения для формирования правильной осанки, чтобы быть стройным и красивым. - Ребята, назовите упражнения для формирования правильной осанки?-А теперь выполним упражнения под музыкальное сопровождение, с которыми познакомились на прошлом уроке.И.П. стойка руки на поясе. Раз-четыре наклоны головы в стороны вперёд, назад.И.П.стойка руки на поясе. Раз-четыре поднимание плечевого пояса вверх.И.П.стойка руки на поясе. Раз-закручивание туловища влево, два И.П., три-четыре тоже самое в другую сторону.И.П.стойка руки на поясе. Раз присед, руки вперёд, хлопок, два И,П., три присед, руки вверх, хлопок, четыре И.П.И.П.стойка руки на поясе «Неваляшки».И.П.руки на поясе. Прыжки на месте. | 2 мин.2мин.2мин.1мин.3мин. | Соотношение команд учителя с двигательными действами учеников. Формирование правильной осанки.Развитие координационных способностей через изменение положений рук. Развитие умения давать оценку двигательным действиям.Создание ситуации для выполнения упражнений.Создание эмоционального настроя. | Умение группировать двигательные действия по разделам программы (бег-лёгкая атлетика, группировка-гимнастика)Умение различать и выполнять команды, правильно выполнять двигательные действия.Умение самому давать оценку двигательным действиям.Умение организовать собственную деятельность.Умение выполнять упражнения под музыку. |
| **ОСНОВНАЯ**  | Повторить виды группировок (группировка сидя, лёжа, в приседе).Повторить стойку на лопатках с согнутыми и с прямыми ногами.Акробатические упражнения выполняются в комплексе:И.П. Руки на поясе, группировка, сидя, перекат назад в стойку на лопатках-держать; стойка на лопатках с согнутыми ногами, перекат в группировке назад в И.П.- А сейчас, ребята, проведём игру «День и ночь».По команде «День» дети выполняют двигательные действия: прыжки, бег на месте.По команде «Ночь», дети выполняют группировку сидя, лёжа, в приседе. | 5 мин.12мин.5мин. | Осуществление индивидуальной работы по совершенствованию видов группировок.Создание ситуации для принятия решений и сплочения классного коллектива. | Умение самоопределиться с заданием и принять решение по его выполнению.Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение активно включаться в коллективную деятельность. |
| **ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ** | Подведение итогов урока:- Ребята, оцените себя, что у вас сегодня на уроке получилось, а какие упражнения вызвали затруднения.-При выполнении каких упражнений, нужна вам помощь учителя, что понравилось на уроке, что больше заполнилось.Урок закончен. До свидания .Спасибо! | 3 мин. | Формирование самооценки. | Умение проявлять дисциплинированность.Умение дать самооценку собственной деятельности. |