**План- конспект урока**

**По легкой атлетике во 2 классе**

**Цели и задачи :**

 **Образовательные:**

1. Создать условия для сдачи контрольного норматива «Прыжок в длину с места».
2. Создать условие для игры «Пустое место»

 **Оздоровительные:**

1. Способствовать оздоровлению учащихся средствами физических упражнений.
2. Способствовать развитию физических качеств.
3. Способствовать закаливанию организма учащихся.

 **Воспитательные:**

 Воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи.

**Оборудование:** свисток, секундомер, измерительная лента, разметочные фишки.

**Место проведения:** спортивный стадион

**Дата проведения:**  16 мая 2014 г.

**Подготовила:** Сергиенко О.Н.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№******п/п*** |  ***Содержание*** | ***Доз-ка*** | ***Методические приемы организации, воспитания и обучения*** |
| **|** |  **Подготовительная часть – 15** |
|  | *1.Построение, приветствие, сообщение задач*  |  1’ | Построение в одну шеренгу. Приветствие учащихся.Сообщение задач урока. |
|  | 2.*Подготовка организма учащихся к основной части урока:* Ходьба и ее разновидности: - ходьба - на носках - на пятках - на внешн. стороне стопы - перекатом с пятки на носок - в полуприседеБег и его разновидности : - бег в равномерном темпе - комплекс СБУ*3.ОРУ в разомкнутом строю* | 2’5’7’ | Следить за темпом выполнения упражнений.Контролировать положение правильной осанки.Сопровождать упражнения метод. УказаниямиДать методические указания. Исправлять возникающие ошибки.Во время выполнения комплекса дать методич. указания. Возможно привлечение учащихся к проведению комплекса ОРУ. |
| **||** |  **Основная часть - 25 ‘**  |
|  | *1.Выполнение контрольного норматива в прыжках в длину с места:**2. Физкультурно - рекреактивная деятельность (подвижные игры):* *- Игра «Пустое место»* *-Игра «Чай-чай – выручай!»* | 15’10’4’6’ | Показать учащимся как выполняется упражнение.Довести условия норматива в оценочные нормы.Дать время для выполнения пробных попыток.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Мальчики*** | ***Девочки*** |
| **«5»** | **«4»** | **«3»** | **«5»** | **«4»** | **«3»** |
| 145 | 130 | 120 | 140 | 125 | 115 |

Напомнить правила игр. Назначить водящих.Осуществлять контроль за ходом игры. |
| **|||** |  **Заключительная часть - 5’** |
|  | 1.Восстановление функций до исходного уровня.2. Построение, подведение итогов, домашние задание , прощание. | 2’3’ | Восстановительная ходьба с дыхательными упражнениями.В одну шеренгу становись!, Равняйсь!, Смирно!Сегодня на уроке мы с вами…(сообщить все выполненные задачи). Выделить отличившихся.Выставление оценок. До-свидиния!!! |