**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 полуприседе  Бег 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. Указаниями  Дать 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!!! |