МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

БУХОЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

План-конспект открытого внеурочного занятия

**«Будущие олимпийцы» 1 класс.**

**Тема занятия: Герои сказок, «Колобок».**

**Составил**

**учитель физической культуры:**

 Павлов Б.Ю.

**2013 г.**

**Цели и задачи:**

* Закрепить навыки в передаче мяча, прыжках через скакалку.
* Способствовать развитию быстроты, ловкости, координации.
* Научить игре «Горячий колобок».

**Ожидаемые результаты:**

 **-**  умение обучающихся взаимодействовать со

 сверстниками в игровой деятельности;

 - умение контролировать и давать оценку своим

 двигательным действиям.

 **-**  умение проявлять дисциплинированность,

 ответственность, упорство в достижении поставленной цели.

**Инвентарь:**

* 2 волейбольных мяча.
* 2 набивных мяча.
* 2 скакалки.
* 6-8 фишек.
* Свисток.
* Мешочек с эмблемами двух команд.

**Место проведения:** Спортивный зал школы.

**Ход занятия:**

**I Вводная часть (разминка) – 8 мин.**

 **Приветствие. Сообщение темы занятия.**

Учитель: Ребята, у нас сегодня не простое занятие, мы отправляемся с вами в страну сказок и подвижных игр. И что же мы будем делать? Мы начнём занятие с разминки. Разминка будет не совсем обычная…

- Мы отправимся в гости к Колобку, дорога наша будет проходить не просто в обход спортивного зала, а через «сказочный лес». По дороге нам встретятся сказочные звери. И чтобы животные не испугались и не обиделись на нас, мы будем повторять их движения.

- Навстречу из сказочного леса выходит **«Золоторогий олень»** (Руки вверх, скрестно, ладони вперёд, пальцы врозь).

- А теперь в лесу заблудился **«Петушок – золотой гребешок»** из сказки «Лиса и заяц». Поскорее повторяем движения петушка (Одна рука изображает гребень на голове, пальцы врозь, вторая – назад, к пояснице, пальцы врозь (хвост), туловище слегка наклонено вперёд).

- Петушок ушёл своей дорогой, а вот навстречу нам идёт **«Мишка косолапый»** из сказки «Маша и медведь». (Ходьба на наружном своде стопы, в небольшом полуприсяде, руки слегка согнуты, локти в стороны, пальцы в кулак, к бёдрам, щёки надуты).

- Кажется, Мишке мы понравились, и он тоже пошёл своей дорогой. А теперь на нашей дорожке появился **«Пингвин»** из мультфильма, лес то у нас сказочный, так что всё может быть. (Ходьба на внутреннем своде стопы, колени вместе, полусогнуты ноги, руки внизу, кисти параллельно полу).

- Пингвин отправился в свою Антарктиду, а нас преследует **«Страус».** (Ходьба на носках, изображая вышагивающую птицу, руки вверх, пальцы переплетены).

- А теперь, внимание, мы подходим к болоту, посмотрите, сколько здесь прыгают **лягушат** (прыжки на 2 ногах вприсядку).

- А это ходит **Цапля**, она как раз на лягушат охотится (Ходьба высоким шагом, с медленным опусканием ноги на носок, руки согнутые в кистях, назад).

- Ну вот, болото мы, наконец-то, миновали и опять оказались в лесу, встретили **Лису**, она как раз тоже в сказку «Колобок» спешит. (Ходьба на носках скрестным, по лисьи, петляющим шагом, руки согнуты вперёд, кисти параллельно полу, пальцы опущены вниз, покачивать плечами).

**II Основная часть – 22мин.**

-Вот мы пришли в гости к колобку, пройдя через сказочный лес. Бабушка только достала колобка из печки, и он очень горячий. Чтобы подружиться с ним, мы с вами поиграем в игру «Горячий колобок».

1. Игра «Горячий колобок» - 7 мин.

- Класс встает в круг, спиной в центр круга. По команде учителя начинают передавать мяч (колобок) в одном направлении друг другу. После свистка игра останавливается, игрок у которого оказывается мяч выбывает (обжегся колобком). Круг смыкается, игра продолжается дальше.

 Следующий свисток звучит по команде выбывшего участника. В игре побеждает ученик, оставшийся последним!

 Класс делится на две команды с помощью жеребьевки (достают из мешочка эмблемы команд).

1. **Эстафеты с мячом – 7 мин.**

- Ребята, надо помочь колобку убежать от Лисицы. Мяч катим рукой по полу обходя между фишек и передаём его партнёру.

 Эстафета «Друг колобка».

В одну сторону катят волейбольный мяч между фишек, возвращаясь, катят набивной мяч.

- Ребята, Колобок должен уметь хорошо прыгать, а мы прыгать умеем?

 3.Эстафета с прыжками через скакалку – 3 мин.

- И ещё раз давайте поможем Колобку, давайте проверим его ловкость и быстроту.

**III Заключительная часть – 5 мин.**

 Возвращаясь из «сказочного леса» повторяем игру «Сова и мыши». Выбираем одного ведущего-«сову», остальные ученики-«мыши». По команде учителя: «День!», ребята передвигаются, по команде «Ночь!», замирают, а сова ищет «мышку» которая пошевелится и сажает ее на лавочку.

 Подведение итогов занятия.