**Открытый урок по физической культуре во 2 классе**

Тема: **«Преодоление полосы препятствий»**

**Цель урока:**

- Формирование двигательных действий: прыжков, висов и упоров, навыков лазанья и перелезания, строевых упражнений; - Развитие координационных способностей учащихся.

**Формирование УУД: *Предметные:*** Знать правила прохождения полосы препятствий; Закрепить понятия двигательных действий; Организовывать здоровьесберегающую среду с помощью разминки и подвижной игры «Совушка» ***Метапредметные:*** *Коммуникативные:* Сотрудничать со сверстниками; формировать умения  оценивать собственное поведение и поведение окружающих *Регулятивные:* Планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; *Познавательные:* Проходить полосу препятствий; играть в подвижную игру «Совушка». ***Личностные:***  Развитие мотивов здорового образа жизни и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости

**Тип урока:**

 Урок развивающего контроля  (обобщения и систематизации предметных знаний)

**Место проведения**: спортивный зал.

**Дата проведения**:19 февраля 2015 г. **Время урока**: 8.45- 9.30

**Инвентарь и оборудование:** гимнастические маты, скамейки, стенка, обручи, конусы, кочки, мячи, магнитофон.

**Учитель:** Соколовскис Евгения Евгеньевна, высшая квалификационная категория

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно-методические указания** | **Частные задачи** |
| Подготовительная 11-12 мин. | **Построение, приветствие,** **сообщение темы и задачи урока**  «Ребята, сегодня вы отправитесь на необитаемый остров. А что ждет на острове путешественников? И что им предстоит преодолеть? (ответы детей). Ребята вас ждут приключения. На нашем необитаемом острове вы будем преодолевать препятствия, бегать, прыгать, будете ловкими, смелыми и выносливыми. До моря поедете на поезде и сделаете зарядку».  **Паровозик.** Ходьба на месте, делая руками попеременные движения и приговаривая при этом «чух-чух-чух». (дых.упр.)  **Ходьба** в обход по залу:  - на носках, руки вверх;  - на пятках, руки за головой;  - в полуприседе, руки на коленях;  **Бег**:  - высоким подниманием бедра;  - приставными шагами правым, левым  боком.  Переход на ходьбу, восстановление дыхания  .  **Перестроение в колонну по три.**  **Комплекс ОРУ** на месте:   1. И.п. - основная стойка. 2. Руки в стороны 3. Руки вверх, подняться на носки, потянуться 4. Руки в стороны 5. Исходное положение 6. И.п. - стойка руки на поясе. Наклоны головы 7. вперед 8. назад 9. вправо 10. влево 11. И.п. – стойка ноги врозь, правая рука вверх   1-2 – рывки руками назад  3-4 – смена рук, рывки руками назад   1. И.п. – стойка ноги врозь, руки перед грудью   1-2 – рывки согнутыми руками назад  3-4 – рывки прямыми руками назад с поворотом туловища вправо  5-6 – рывки согнутыми руками назад  7-8 – рывки прямыми руками назад с поворотом туловища влево  5.  И.п. - стойка, ноги на ширине плеч.  1- взмах руками вперёд «тик» (вдох)  2- взмах руками назад «так» (выдох)  **Часики.** (дых.упр.)   1. И.п.- стоя, ноги на ширине плеч   1- поворот вправо (вдох)  2- поворот влево со звуком «ши-ши-х» (выдох). **Косари** (дых.упр.)   1. И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс    1. Наклон туловища вперед    2. Наклон туловища назад    3. Наклон туловища влево   7-8 Наклон туловища влево   1. И.п. – стойка руки на пояс 2. Присед, руки вперёд 3. Исходное положение 4. Присед, руки вперёд 5. И.п. – стойка, руки на пояс   Прыжки на двух ногах   1. И.п. – основная стойка 2. Прыжок ноги врозь, руки в стороны 3. Исходное положение | 2 мин.  20с.  30с.  1мин.30с  7мин. | Организация учащихся на урок.  «Класс! Становись! Класс! Равняйсь! Смирно»!  Первый в строю - «паровоз», остальные - «вагончики».  «Напра-во! В обход по залу шагом марш!»  Повторяем на протяжении 20-30 секунд.  Соблюдать дистанцию.  Следить за осанкой.  Локти развести, спина прямая.  Бедро параллельно полу  Руки через стороны вверх - вдох, вниз - выдох.  Делаем под счёт.  Дистанция между колоннами  вытянутые руки, между шеренгами два метра.  Подняться на носки - посмотреть вверх. | Подготовить учащихся к проведению урока.  Создать целевую установку на урок.  Организовать учащихся на проведение разминки.  Перестроить занимающихся.  Подготовить организм учащихся к двигательной деятельности в основной части урока.  Развитие координационных способностей и гибкости |
| Основная 26-28 мин. | «Наш поезд прибыл, до острова необходимо доплыть на лодках. В экипажах по три человека».  Выполняем **дыхательные упражнения**: « Гребем вёслами»- класс садиться на пол, учащиеся имитируют движения гребца: наклоны вперёд-назад с работой рук, произнося «буууль».  «Добрались до острова и на берегу встретились со змеей».  «прогоним змею»- выдох с шипением через рот;  «испугаем тигра» - пальцы расставлены, выдох с криком «ааааааа».  «Прогулка по острову» - **преодоление полосы препятствий:**  1. «Гора» - лазание по г/скамейке и г/стенке.  2. «Перекати поле» - перекаты лежа через сторону на матах. 3. «Добыча кокосов» - броски мяча в баскетбольное кольцо.  4. «Болото» - прыжки по кочкам (плитки).  5. «Поваленный лес» - перелезания через барьеры  6. «Заросли кустарников» - пролезть сквозь обручи.  7. «Переправа через реку» - ходьба по узкому бревну (ходьба приставным шагом, руки в стороны). 8. «Зыбучие пески» - ходьба по неровной поверхности.  Учащиеся строятся в круг.  Ребята наступила ночь! Прилетела ночная сова. И сейчас мы с вами сыграем в игру «Совушка». | 3мин.  1мин.  20мин.  4мин. | Все движения выполнять одновременно, слаженно.  Делим класс на группы.  - организация деятельности учащихся с соблюдением техники безопасности, страховка;  - контроль за выполнением упражнений; - работают под музыку; - смена этапов во время паузы | Формирование знаний о правилах прохождения полосы препятствий  Создать зрительное представление о полосе препятствий  Подготовить место для занятия.  Повторить и разучить двигательные действия в полосе препятствий  Организовать учащихся для игры «Совушка» |
| Заключи тельная 5-6мин. | «Молодцы, ребята! Я очень рада, что вы смогли преодолеть все преграды на вашем пути. Чему вы научились на нашем необитаемом острове? (ответы детей) Спасибо за ваши ответы.  За нами прилетел самолёт, пора домой». Учащиеся образуют круг, взявшись за руки:  «Сели дружно в самолёт  И отправились в полёт.  Горы, море пролетели,  На площадку к школе сели.  Раз, два, раз, два - вот и кончилась игра».  1. Дыхательное упражнение на восстановление организма. **Радуга, обними меня.**  И. п. — стоя или в движении. 1.Сделать полный вдох носом с разведением рук в стороны. 2.Задержать дыхание на 3—4 с. 3.Растягивая губы в улыбке, произносить звук [с], выдыхая воздух и втягивая в себя живот и грудную клетку. Руки сначала направить вперед, затем скрестить перед грудью, как бы обнимая плечи: одна рука идет подмышку, другая на плечо. Повторить 3—4 раза. 2.Подвести итоги урока, выделить наиболее активных учеников.  3.Рефлексия:  «Ребята вам понравился наш урок? А теперь посмотрите, здесь лежат смайлики, они как частички нашего солнышка. а) Кому понравился наш урок тот выберет желтый веселый смайлик и прикрепит его рядом с нашим большим теплым солнышком.  б) Кто считает, что у нас был самый обычный урок, тот возьмет розовый и прикрепит его так же рядом с большим солнцем».  4. Организованный уход с урока. | 1мин.  30с.  30с.  30с.  2-3 мин.  30с. | Взяться за руки, встать в круг.  Идём по часовой стрелке.  После слов «сели»- принять положение сед на корточках.  После слов «игра» - встать.  « Класс! Становись!»  Выявление лучших.  Спасибо всем за урок!  «Класс! Нале-во! К выходу шагом марш!». | Организовать учащихся к подведению итогов  Подведение итогов учебной деятельности на уроке |