**План-конспект открытого внеклассного занятия**

**для учащихся 2 класса**

**Тема урока:** Путешествие в джунгли.

**Цель урока:** Закрепить универсальные учебные действия и умения посредством средств и методов физической культуры и спорта.

**УУД:**

***Личностные универсальные учебные действия:***

1. Научить ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «природа», «мир», «настоящий друг».

***Познавательные учебные действия:***

1. Формировать навыки ходьбы и бега, закрепить умение двигаться, быстро реагируя на сигналы.

2. Формировать умения сохранять устойчивое положение на уменьшенной площади опоры (гимнастическая скамейка).

3. Упражнять в выполнение ОРУ с гимнастической палкой

4. Упражнять в выполнении строевых упражнений разученных ранее, продолжить обучение перестроению из одной колоны в две, в движении.

5. Учить игровым заданиям и эстафетам.

6. Учить комплексу упражнений с канатом.

7. Научить наблюдать и делать самостоятельные простые выводы.

***Регулятивные учебные действия:***

1. Содействовать развитию мелкой моторики, быстроты реакции, координации движений, ловкости, силы.

2. Развивать творчество, инициативу в двигательных действиях.

3. Прививать интерес к здоровому образу жизни.

4. Способствовать повышению общего функционального состояния организма.

5. Способствовать формированию опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки и функционального свода стопы.

***Коммуникативные учебные действия:***

1. Воспитывать доброжелательные отношения между детьми в совместной двигательной деятельности.

2. Прививать детям стойкий интерес к подвижным играм, поддерживать в них жизненный оптимизм и здоровый соревновательный дух, поощрять творчество и разнообразную двигательную деятельность.

3. Участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки.

***Место проведения -*** *спортивный зал.*

***Используемое оборудование:***

для учителя:

палка гимнастическая, свисток:

для всего класса:

скамейки гимнастические, обручи гимнастические, кольца гимнастические, маты, канат, фишки, дуги гимнастические;

для каждого ученика:

палка гимнастическая.

***Методическая карта урока:***

**1. Организация класса. Введение в ситуацию общения (подготовительная часть урока):**

1. Сообщение задач урока, настроить учащихся на деятельность.

2. Формирование навыков ходьбы и бега (разновидности передвижений)

3. Упражнять в выполнении строевых упражнений, изученных ранее (повороты на месте, перестроение из одной колоны в две, три в движении)

4. Совершенствование техники выполнения упражнений на уменьшенной площади опоры, упражнения на развитие равновесия.

5. Совершенствование техники выполнения комплекса ОРУ с гимнастическими палками.

**2. Актуализация знаний и пробное учебное действие (основная часть урока):**

1. Учить упражнениям с канатом.

2. Закрепление и совершенствование навыков лазанья по шведской стенке, по гимнастической скамейке.

**3. Рефлексия учебной деятельности на уроке (заключительная часть урока):**

1. Учить игровым заданиям и эстафетам, игре на внимание.

2. Способствовать понижению нагрузки, проверка внимания.

3. Подведение итогов урока.

**Начало урока:**

Построение класса в шеренгу, приветствие, расчет по порядку номеров.

**Учитель:** Ребята! А вы любите путешествовать? Я сегодня предлагаю вам отправиться в Джунгли. Джунгли – это такое место, где за каждым деревом и за каждым кустом подстерегают опасности. Джунгли – это край приключений. Здесь вам пригодится все, чему вы уже научились. Если вы умеете бегать, прыгать, кувыркаться, лазить, то джунгли вас зовут! В джунгли вперед!

Перед тем как отправляться, надо слегка размяться.

Раз, два, левой – мы шагаем смело. В Джунглях ждет нас много встреч, и нам некогда прилечь.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **содержание** | **дозировка** | **ОМУ** |
| Подготовительная 7 минут | * Построение * Приветствие * Формирование задач урока * разминка   **\*разновидности ходьбы:**  - на носках, руки вверх  - на пятках, руки за голову  - на внешней и внутренней стороне стопы, руки в стороны  - в полуприседе, руки перед грудью;  **\*разновидности бега:**  -обычный  -приставными шагами правым боком  -приставными шагами левым боком  -бег через препятствие  (с преодолением дуги)  - прыжками на двух ногах с продвижением вперед    **ОРУ с гимнастической палкой:**  **1.** И.П. – О.С., палка внизу  1- полуприсед, руки вперед, наклон головы вправо  2- И.П.  3- то же с наклоном головы влево  4-И.П.  **2.** И.П.- узкая стойка, палка внизу  1- руки вперед  2**-** руки вверх  3 **-**руки вперед  4- И.П.  **3.** И.П.- узкая стойка, палка вверху  1- наклон влево присесть  2**-** И.П.  3**-** наклон вправо присесть  4- И.П.  **4.** И.П.- узкая стойка, палка вверху  1- 3 круговые движения вправо  4**-** И.П.  1-3 **–** круговые движения влево  4- И.П.  **5.**  И.П. – О.С., палка за голову  1- приседание руки вверх  2- И.П.  3-4- то же  **6.** И.П. – О.С., руки на пояс, палка впереди на полу  1-4- прыжок на правой ноге через палку  1-4- то же на левой ноге  1-4- прыжок на двух ногах | 2 мин  5 минут | В одну шеренгу становись!  Здравствуйте ребята!  Сообщаю  Руки вверх, следить за правильной осанкой. Отметить лучших, исправить ошибки.  **Учитель: Чтобы ближе к цели быть, нам бы стоит поспешить**.  Соблюдаем дистанцию, упражнения выполняем по диагонали  Прыжки выполняем правильно, постараться не наталкиваться друг на друга, контролировать интервал и дистанцию.  **Учитель: Вот отличная дорога, руки разомнем немного, а помогут в этом нам наши яркие друзья.**  Перестроение в колону по два  Учитель оценивает деятельность детей, указывает на ошибки, исправляет, дети соотносят свои действия с образцом  (показ учителя), показ учениками  Соблюдаем осанку  Слушаем счет  Спина ровная  Смотрим вперед  Считаем самостоятельно  На палку не наступать  **Учитель: В джунглях очень много дел, но всему есть свой предел, отдыхаем, отдыхаем и палки все собираем.**  Дети становятся перед гимнастическими матами. |
| Основная 25 минут | **1.Упражнения с канатом**   |  | | --- | | a) и.п. – лежа на спине, канат вытянут вверху над головой.  1-сесть руки с канатом вперед  2-и.п.  б) и.п.- лежа на спине, руки с  канатом впереди.  1-поднять ноги вверх  2-и.п.  в) и.п.- лежа на животе, руки с канатом вытянуты вверх.  1-поднять руки и ноги вверх, выполнить упражнение «лодочка»  2-и.п.  г) и.п.-основная стойка, лицом к канату.  Прыжки на двух ногах через канат вперед и назад.  д) и.п. –ноги врозь, канат между ног.  Прыжок ноги скрестно, врозь. |   **2. Круговая тренировка:**  **1 станция** «Горная река»  Пройти по бревну на четвереньках  **2 станция** « »  Проползти по пластунски по мату  -**3 станция**-«»  Выполнить кувырок вперед  -**4 станция** «переправа на лиане  Пролететь на канате не наступив на пол  **-5 станция** « восхождение на гору Килимонджаро»  Лазание на шведскую стенку  **-6 станция** «Тоннель»  Пролезание под дугами  **- 7 станция** «Болото»  Прыжки в обручи на 2 ногах  **3.Эстафеты зверей**  **«Вызов зверей»**  **4.Эстафета «Посадка и сбор урожая»** | 5 минут  15минут  5 минут  3 минуты | **Учитель: Вот лежит змея, скучает, как ей двигаться не знает. Мы тихонько подойдем, в руки хвост ее возьмем. Чтобы нам развеселиться, мы решили порезвиться!**  Упражнения выполняем одновременно  Слушаем счет учителя  Соблюдаем технику безопасности  **Учитель: У змеи огромный хвост, будто с головы он рос. Со змеей мы подружились, и ничуть не утомились. Отдыхай, лежи, змея, и не жаль детей зазря!**  Дети прощаются со змеей.  **Учитель: Кто тут смелый, кто герой? Эй, ребята, все за мной! Мы продолжим наше путешествие по джунглям и дорога привела нас к горе Калиманджаро. Подниматься будет трудно, там мало ровных мест, дорога петляет и дорогу пересекает горная речка, она хоть и мелкая, но течение в ней очень быстрое, а вода ледяная.**  **Для того, чтобы нам всем преодолеть препятствия мы разделимся на две группы и будем по очереди проходить все препятствия.**  Используется метод круговой тренировки. Учитель объясняет задание, осуществляет страховку.  Дети соблюдают ТБ, каждый выбирает для себя подходящую высоту на которую он будет подниматься по шведской стенке.  Учитель показывает как можно перепрыгнуть «болото» .  Обратить внимание на движение рук, отталкивание одной  ногой и приземление на две ноги. После объяснения дети самостоятельно выполняют задание, можно  назначить старшего.  Дети по очереди проползают по скамейке, подтягиваясь двумя руками, выполняют лазание по мату и кувырок. Коррекция техники  **Учитель: Здесь нам было трудновато, но мы смелые ребята, и мы наконец-то выбрались на твердую**  **почву. Вот так джунгли! Ну и ну! Что мы видим? Здесь зверей не сосчитать. Вот и зебра, обезьянка, леопарда не догнать, давайте с вами попробуем изобразить этих животных и будем передвигаться так же как и они.**  Учитель распределяет детей, назначая каких животных они будут изображать.  1номера-обеьяны (дети пытаются изобразить способ передвижения этих животных)  2-леопард  3-кенгуру  4-жираф  5-тигр  6-лев   Учитель называет зверей, а они выбегают, оббегают фишку и становятся в строй.  Каждый ребенок придумывает свой способ передвижения. (проявляет творчество).  Чей способ самый оригинальный? Дети отмечают кто им больше понравился.  Вызывать детей в любой последовательности. В конце подвести итог, определить команду победительницу этих соревнований.  1 номера раскладывают фрукты в обручи,  2 номера - собирают |
| Заключительная  3 минуты | 1. Построение в шеренгу 2. Игра «Горы, реки, кочки» 3. Организационный выход из зала | 1 минута | **Учитель: Ребята, а вы знаете, что в джунглях очень быстро темнеет? Поэтому нам пора возвращаться домой.**  В одну шеренгу становись!   |  | | --- | | По команде «горы» – все встают на носки и поднимают руки вверх,  по команде «реки» – дети поворачиваются направо и кладут руки друг другу на плечи, по команде «кочки» – все делают упор присев . |   Каждый ребенок проверяет свою внимательность. В конце поднимают руку те, кто считает, что он был самый внимательный? **(**самооценка учеников)  Рефлексия (оценка собственной деятельности, соотношение цели и результата) Сейчас поднимут руки те, у кого все получилось на уроке, и кто справился со всеми заданиями. |