**КОНСПЕКТ УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 2-Х КЛАССОВ**

**Тема: «Спортивные эстафеты».**

**Основные цели и задачи:**

- приобрести навыки выполнения спортивных эстафет;

- ознакомить учащихся с разнообразием спортивных эстафет;

- познакомить учащихся с правилами оказания первой помощи при травмах;

-способствовать развитию ловкости, выносливости, силы, быстроты;

- способствовать воспитанию умения управлять эмоциями;

- развивать чувство товарищества и взаимопомощи.

**Место проведения:** спортивный зал размером 24х12

**Время проведения:** 8 часов 30минут – 9 часов 15 минут

**Дата проведения**: 26.03.2013

**Инвентарь и оборудование:** экран, компьютер,эстафетные палочки 4 шт., фишки, скакалки 4 шт., мячи 4 шт.

**Конспект составил:** учитель физкультуры школы № 569

**Лоскутов Константин Сергеевич**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Части**  **урока и**  **их**  **продол**  **житель**  **ность** | **Частные задачи к**  **конкретным видам**  **упражнений** | **Содержание**  **учебного**  **материала** | **Время** | **Организационно-**  **методические**  **указания** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| **Вводно-**  **подготови**  **тельная**  **часть** –  9-12 мин | Обеспечить начальную организацию и психологическую готовность учащихся к уроку.  Создать целевую установку на достижение конкретных результатов предстоящей деятельности.  Содействовать общему разогреванию и постепенному втягиванию организма в работу ( упр 4,5)  Содействовать увеличению подвижности голеностопных суставов  (4).  Восстановить дыхание после бега.  Содействовать оптимизации ритма дыхания и частоты сердечных сокращений.  Организовать учащихся к выполнению общеразвивающих упражнений.  Содействовать увеличению эластичности мышечной ткани и подвижности шейного отдела (упр 1,2). | 1. **Сообщение задач** урока учащимся. 2. Демонстрация презентации «Первая помощь при травмах». 3. **Построение** класса в шеренгу, обмен приветствиями. 4. **Ходьба** в колонне по одному в обход зала.    1. *На носочках*, руки на пояс;    2. *На пятках*, руки за голову;    3. На внутреннем *своде стопы*, руки на пояс;    4. На внешнем *своде стопы*, руки на пояс;    5. Ходьба по диагонали, с высоким *подниманием бедра*. 5. **Общеразвиваю-щие упражнения**.    1. **Построе-ние** в одну шеренгу. Расчет на первый – второй – третий – четвертый.    2. **Перестроение** в четыре шеренги.   Упр 1  **И.п.** – ноги на ширине плеч; руки на поясе.  Наклоны головы вперед, назад, вправо, влево.  Упр 2  **И.п.** – ноги на ширине плеч; руки на поясе.  Вращение головой вправо – влево.  Упр 3  **И.п.** – основная стойка, руки на поясе. Выпад вперед правой ногой, смена ног, выпад вперед левой ногой.  Упр 4  **И.п**. – ноги вместе, руки на поясе.  На два счета прогибаемся назад; на три-четыре – наклоны вперед; достаем руками пол. | 30 сек  6 мин  20-25 сек  1мин  1 круга по залу  2 мин  30 сек  30 сек  30 сек  30 сек  30 сек | Обеспечить предельную конкретность задач урока, доступность понимания учащимися их формулировок.  Комментарии учителя.  Требовать от учащихся согласованности действий, быстроты и четкости выполнения команд.  Акцентировать внимание на сохранении принятой дистанции.  Обратить внимание учащихся на сохранение правильной осанки.  Первые номера остаются на месте; вторые делают два шага вперед; третьи номера делают четыре шага вперед; четвертые номера делают шесть шагов вперед.  Упражнение проводиться под счет учителя; на 8 счетов  Упражнение проводиться под счет учителя.  Выполнять с максимально глубоким выпадом.  При выполнении упражнения колени не сгибать.  При выполнении упражнения пятки не отрывать от пола.  Выполнять под счет учителя. |
| **Основная часть** 30 мин | Содействовать развитию внимания и четкому выполнению поставленной задачи.  Содействовать формированию навыка игры в команде.  Способствовать развитию ловкости, выносливости, силы, быстроты.  Способствовать воспитанию умения управлять эмоциями;  развивать чувство товарищества и взаимопомощи.  Способствовать ознакомлению учащихся с разнообразием спортивных эстафет; | 1. **Построение** в четыре колонны.   Команда: «На право!». «На линию старта – шагом марш!»   1. **Эстафета «Передай другому»**   У первых участников команды эстафетная палочка. На противопо-ложном конце зала лежат фишки. По сигналу учителя обучающиеся бегут к фишкам, обегают их и возвращаются к своей колонне. Передают эстафетную палочку следующим участникам. Эстафета заканчивается, когда пробегут все участники.   1. **Эстафета «Прыгунки»**   По сигналу учителя участники каждой команды выполняют прыжок двумя ногами с места. Первый прыгает, второй встает на то место, до которого допрыгнул первый, и прыгает дальше. Когда все участники прыгнут, учитель измеряет длину прыжков всех команд. Выигрывает та команда, которая прыгнула дальше.   1. **Эстафета «прыжки со скакалкой».** Первым игрокам выдается скакалка. На противоположной стороне зала - фишки. До фишки участники прыгают на скакалке, прыжки - ноги вместе; обегаем фишку, обратно возвращаемся бегом; передаем эстафету следующему игроку. 2. **Эстафета «передай мяч».**   Ноги шире плеч. Последним игрокам команды выдано по мячу. Последние номера передают мяч между ног впереди-стоящему. Мяч не должен упасть или коснуться пола. Последний игрок, передав мяч, забегает вперед команды. Когда игроки команды достигают конца зала, они делают разворот, и в обратную сторону мяч передается над головой. Побеждает команда, чей последний игрок пересек линию старта. | 2 мин  7 мин  7 мин  7 мин  7 мин | Линия старта заранее обозначена фишками.  Обратить внимание учащихся на соблюдении правил эстафеты и техники безопасности.  Отметить победителей  Обратить внимание учащихся на соблюдении правил эстафеты и техники безопасности.  Отметить победителей  Обратить внимание учащихся на соблюдении правил эстафеты и техники безопасности.  Отметить победителей  Обратить внимание учащихся на соблюдении правил эстафеты и техники безопасности.  Отметить победителей |
| **Заключи-тельная часть** 3-5 мин | Содействовать осмыслению учащимися результативности собственной учебно-познавательной деятельности | 1. **Построение** класса в шеренгу. 2. **Подведение итогов** занятия. 3. Выполнить команду **«До свидания!»,** «Разойдись!» | 30сек  2 мин  30 сек | Выявление мнений учащихся о результативности их деятельности.  Анализ наиболее часто встречающихся ошибок.  Выделение лучших. |