***План-конспект урока***

***по физической культуре для 2 «а» класса***

 ***Урок составлен:***

 ***учителем физической культуры***

 ***Оюн Эдуард М.***

 ***2013г***

***Открытый урок для 2 «а» класса. Дата: 17.10.2013г***

***ЗАДАЧИ УРОКА:***

 « ***Совершенствование техники ловли и передачи мяча в играх-эстафетах»***

1.**Развивающая:** Развитие ловкости, точности, координации движений.

2.**Воспитательная:** Воспитание интереса к игре, трудолюбия, настойчивости,

 коллективизма, самостоятельности.

 **Инвентарь и оборудование:** мячи, обручи, свисток.

 **Время:** 45 минут

 **Место проведения:** спортзал.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание урока | дозировка | О.М.У. |
| 1.2.3. | **Вводно-подготовительная часть:**1. Построение, рапорт, сообщение задач урока.2. Cтроевые упражнения: - повороты на месте3. Ходьба с заданиями: -руки на поясе, на носках.-руки за спину.-руки на поясе, на внешней стороне стопы.-руки на поясе, перекат с пятки на носок.-руки за спину, полу приседе.-руки на коленях, в полном приседе.4. Бег с заданием:-с высоким подниманием бедра- с захлестыванием голени назад-приставным шагом с левой стороны.- приставным шагом с правой стороны. Бег с изменением направления5. Ходьба остановит дыхание.6. Перестроение в 2 колонныО.Р.У. на месте1) и.п.- О.с. руки на поясе.1-2 наклон головы влево 3-4 наклон головы вправо 2) и.п.-О.с. руки к плечам1-2 круговые вращения вперед3-4 круговые вращения назад3)и.п.- О.с. руки перед грудью.1-2 отведение рук перед собой3-4 в стороны с поворотом влево и право 5) и.п.- О.с. руки на поясе.1-наклон туловища влево2- наклон вправо3-наклон вперед4-наклон назад 7) и.п.- О.с. руки на поясе.1-наклон туловища к левой ноге2-наклон коснуться пола3- к правой ноге4 и.п.8) и.п.- О.с. руки на поясе1-руки вверх2-наклон вперед3-полный присед, руки вперед4-и.п. 9) и.п.- О.с. руки на поясе1-встать на носки, хлопок руками вверху2- и.п.**Основная часть**Перестроение в 2 колонны к эстафетам1. эстафета бег с мячом1.эстафета с передачей мяча из-за головы2. эстафета перекати поле 3. перетягивание каната4. эстафета с передача большого мяча.5. эстафета ведения мяча6. эстафета прыжки с мячом 7. прыжки на правой, на левой ног. Напомнить основные правила игры.Подвижная игра «День и ночь»Подвижная игра «исправить осанку»  В конце игры подвести итоги.**Заключительная часть** Построение и д/з.Подведение итогов. | 13мин30сек.30сек.1мин.8 раз12 раз8 раз8 раз12 раз8 раз12 раз8 раз8 раз8 раз27 мин 2мин1 мин 45мин. | Проверка внешнего вида(налево, направо, кругом)Обратить внимание на осанку, постановку рук и ног.Следить за правильной осанкойВо время выполнения беговых упражнений, за движением рук и дыханием.Соблюдать дистанцию в колоне.Следить за чёткостью выполненияСледить за чёткостью выполненияСледить за чёткостью выполненияСледить за чёткостью выполненияСледить за чёткостью выполненияСледить за чёткостью выполненияСледить за чёткостью выполненияСледить за правильной передачей мяча.Подвести итоги эстафеты.*Ученики, разделившись на две команды, по количеству игроков, выстраиваются по обе стороны средней черты площадки, на расстоянии двух метров от черты.**Ученики становятся в две колоны по одному на расстоянии вытянутых рук.*Уход детей из зала. |

 **САМОАНАЛИЗ УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.**

**1**. Урок проводился в 2 «а» классе, 5 уроком по расписанию, в спортивном зале. В классе всего 10 человек, на уроке присутствовало 10 человека.

**2.** Данный урок по теме «Подвижные игры-эстафеты с мячом» обеспечивает целесообразный подход в системе уроков ФК, четкость поставленных задач, их мотивационное значение. Структура и содержание урока обеспечивают достижение цели: «Совершенствование двигательных действий в играх-эстафетах».

**3.**Содержание урока соответствует программному материалу для данного класса.

Соблюдение принципа доступности и систематичности способствует лучшему усвоению программного материала.

**4.** Использованный метод в разминке, групповой метод при выполнении упражнений, игровой и соревновательный методы для закрепления изученного, с учётом решения намеченных задач, учебного материала, этапа обучения, уровня подготовленности учащихся, их пола и возраста обеспечивают соблюдение принципа индивидуализации обучения. Наличие элемента самостоятельного поиска решения поставленной задачи, обеспечивает связь обучения и воспитания. Эта связь прослеживается на всех этапах урока.

**5.** Результаты урока:

Данный урок продемонстрировал выполнение намеченного плана, реализацию задач.

Учащиеся показали хорошее усвоение данного материала. В процессе урока были решены воспитательные, образовательные, оздоровительные задачи.

**6**. Выводы и предложения:

В целом урок прошёл на хорошем эмоциональном уровне. Правильная организация урока обеспечила хорошую плотность занятия. Учащиеся активно и осознанно участвовали в процессе совершенствования двигательных навыков и умений.

Поставленная задача: «Совершенствование техники ловли и передачи мяча в играх-эстафетах» была выполнена в объеме.

Методическая цель: « Совершенствование двигательного действия» - достигнута.