**КОНСПЕКТ УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-ЫХ КЛАССОВ**

**Тема: «Отработка основных элементов игры «Пионербол»**

**Основные цели и задачи:**

**-**формирование знаний об игре пионербол спортивного направления

-совершенствование умений выполнять основные приемы игры

-содействовать развитию внимания и воспитанию чувства коллективизма

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

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

**Инвентарь и оборудование:** волейбольная сетка, волейбольные мячи (1 на двоих)

**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.  Содействовать общему разогреванию и постепенному втягиванию организма в работу ( упр 4,5,6,7)  Восстановить дыхание после бега  Содействовать увеличению эластичности мышечной ткани и подвижности лучезапястных суставах рук и плечевого пояса (упр 7) | 1. Построение класса в шеренгу, обмен. приветствиями. 2. Сообщение задач урока учащимся. 3. Краткая беседа с учениками по правилам игры пионербол, технике безопасности (соблюдать дистанцию, наличие спортивной обуви и одежды) 4. Медленный бег в обход по залу, в колонне по одному, в равномерном темпе с сохранением дистанции в 2 шага. 5. Ходьба в колонне по одному в обход зала.   Руки вверх – вдох; руки вниз - выдох.   1. Общеразвиваю-щие упражнения. 2. Построение в одну шеренгу. Расчет на первый – второй – третий – четвертый.   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. – ноги шире плеч, руки на поясе. Наклоны: правая рука к левой ноге; левая рука к правой ноге.  Упр 4  И.п. – ноги вместе, руки на поясе.  На два счета прогибаемся назад; на три-четыре – наклоны вперед; достаем руками пол.  Упр 5  И.п. – ноги вместе, руки на поясе. Приседания.  На «раз» - вдох, руки вперед, присесть,  На «два» - выдох, руки на поясе.   1. Левая рука вверх.   Поворот через левое плечо, построение в одну шеренгу.  Поворот. | 20-25 сек  1 мин  2 мин  2 круга по залу  2 мин  6 мин  30 сек  1 мин  30 сек  1 мин  1 мин  1 мин  1 мин | До начала урока приготовить 12 волейбольных мячей.  Обеспечить предельную конкретность задач урока, доступность понимания учащимися их формулировок  Обратить внимание учащихся на необходимость самоконтроля за техникой бега и бегового шага  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;  Следить за одновременным выполнением упражнений  Выполнять упражнения под счет учителя, на 4 счета  Пятки не отрывать от пола |
| Основная часть 30 мин | Содействовать развитию внимания и четкому выполнению поставленной задачи.  Ознакомить с техникой броска различными приемами, отработать навыки приемамяча.  Способствовать развитию навыков игры в пионербол, согласованности действий, взаимопонимания с партнером | 1. Расчет на первый – второй 2. Раздача мячей и разбивка на пары 3. Передача и ловля мяча двумя руками    1. Ноги слегка согнуты, руки с мячом на уровне груди. 4. Бросок мяча из-за головы. 5. Бросок мяча снизу    1. Ноги шире плеч; мяч бросается вверх и вперед. 6. Передача мяча одной рукой сверху.    1. Одна нога впереди; замах, бросок. 7. Учитель натягивает волейбольную сетку на соответствующую для данных учащихся высоту.   Броски через сетку.   1. Передача с двух шагов разбега, бросок одной рукой из-за головы. 2. Отработка подачи мяча.    1. Игровая стойка: одна нога впереди, бросок одной рукой снизу вверх.   10. Передача всех мячей одной команде. Учитель с помощью детей собирает мячи в корзину. | 4 мин  1 мин  3 мин  3 мин  3 мин  3 мин  1 мин  5 мин  5 мин  2 мин | Первые номера уходят за учителем и выстраиваются вдоль линии сетки. Вторые номера так же уходят за учителем и встраиваются вдоль линии сетки напротив.  Учащиеся играют четко в парах.  Обратить внимание учащихся на правильное положение тела при броске: колени распрямляются, туловище подается вперед.  Обратить внимание учащихся на правильность приема мяча  Учитель демонстрирует  Каждый вид броска, поправляет учащихся, четко отдавая команды.  Учащиеся отходят назад на три шага и производят броски из-за головы одной рукой.  Задания выполняются точно по сигналу учителя. |
| Заключи-тельная часть 3-5 мин | Содействовать осмыслению учащимися результативности собственной учебно-познавательной деятельности | 1. Построение класса в шеренгу 2. Подведение итогов занятия.   Отметить лучших.   1. Выполнить команду «До свидания!», «Разойдись!» | 30сек  2 мин  30 сек | Анализ наиболее часто встречающихся ошибок. |