КОНСПЕКТ ОТКРЫТОГО УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ №52

для учащихся 2 «б» класса школы №116

Учитель физической культуры: Подгайко Ольга Борисовна

ТЕМА УРОКА: Подвижные игры. Эстафеты. Основы знаний о здоровом образе жизни.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ: 1. Содействовать усвоению знаний о здоровом образе жизни через подвижные игры и эстафеты.

2. Способствовать воспитанию чувства коллективизма.

3. Совершенствовать учащихся в технике передачи эстафет.

4. Способствовать развитию быстроты и ловкости применительно к эстафетам.

ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ УРОКА: 12.15

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ: спортивный зал школы №116

НЕОБХОДИМЫЙ ИНВЕНТАРЬ: оборудование для показа презентации, повязки 3-х цветов- по количеству учащихся (зеленые, оранжевые, желтые), скамейки гимнастические – 3 шт., гимнастические обручи – 6 шт., одежда для лыжника -3 комплекта (брюки, куртка, ботинки, шапка, варежки, шарф) , -лыжи с палками – 3 комплекта, пластмассовые фрукты и овощи – по числу учащихся, муляжи вредных продуктов – 6 шт., карточки «часики» -19 шт., музыкальное сопровождение.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Части урока и продолжительность | Частные задачи к конкретным видам упражнений | Содержание учебного материала | Дозировка | Организационно-методические указания |
| Вводно- подготовительная часть  ,  10  Основная часть  ,  30  Заключительная часть  ,  5 | Обеспечить начальную организацию и психологическую готовность к уроку.  Создать целевую установку на достижение конкретных результатов предстоящей на уроке деятельности  Способствовать формированию правильной осанки.  Способствовать подготовки дыхательной и сердечно сосудистых систем организма к предстоящей работе.  Организовать учащихся для выполнения эстафет.  Создать зрительное представление о правильной последовательности одевания лыжника.  Создать представление о выполнение эстафеты.  Совершенствовать технику передачи эстафеты.  Закрепить знания о правильной последовательности одевания лыжника для занятий на улице.  Сообщить учащимся результаты эстафеты.  Создать зрительное представление о правильной последовательности одевания лыжника.  Создать представление о выполнение эстафеты.  Совершенствовать технику передачи эстафеты.    Закрепить знания о правильном питании, о полезных и вредных продуктах.  Сообщить учащимся результаты эстафеты.  Создать представление об игре.  Ознакомить учащихся с правилами игры.  Закрепить знания о правильном режиме дня.  Сообщить учащимся результаты игры  Способствовать развитию дыхательной системы организма.  Организовать учащихся и настроить на предстоящую учебную деятельность.  Содействовать осмыслению учащимися результатов собственной учебной деятельности. | 1.Построение класса в одну шеренгу.  2.Обмен приветствиями.  3.Сообщение задач урока.  4. Ходьба.  - на носках, руки на пояс;  - на пятках, руки на пояс.  5. Бег.  6. Подвижная игра «Вирусы и витамины».  1.Перестроение в три колоны.  2.Показ презентации слайд №3 «Одень лыжника»  3.Обьяснение эстафеты «Лыжник»  4. Выполнение эстафеты «Лыжник»  5.Подведение итогов эстафеты.  6. Показ презентации слайд №4 «Правильное питание»  7. Объяснение эстафеты «Правильное питание»  8.Эстафета «Правильное питание»  9.Подведение итогов эстафеты.  10.Показ слайда №5 презентации «Режим дня».  11. Объяснение игры «Правильный режим дня».  12. Игра «Правильный режим дня».  13.Подведение итогов игры.  1.Упражнения на дыхание  2. Построение в одну шеренгу.  3.Подведение итогов урока. | 30 ,  15  ,,  45      ,,  30 ,,  30 ,  1  , ,,  6 30  ,,  30  ,,  30  ,  1  ,  7-8  ,  2  ,,  30  ,  1    ,  5  ,  2  ,  30    ,  1  , ,,  5 30  , ,,  2 30  , ,,  2 30  ,,  30  ,  2 | Требовать быстроты организованности действий.  Показ слайда №1 презентации «Здоровый образ жизни»  Указать на дистанцию ( 2 шага), голову поднять, шаг короткий, исправлять ошибки. Выделить лучших.  Игра по типу «Чай-чай выручай» или «Колдунчики».  Водящие- «вирусы»,пятнают «заражают» игроков , те в свою очередь выполняют упор согнувшись, чтоб их «вылечить» нужно проползти под «зараженным» игроком «накормить его витаминами». Выигрывают игроки которые не попадались водящим.  По свистку строимся за капитанами по цветам (зеленые, оранжевые, жёлтые) Построение рядом с гимнастическими скамейками.  Обратить внимание на порядок вещей в списке.  Команды сидят на скамейках, ноги врозь. Правила передачи эстафеты: правой рукой в правую руку.     |  | | --- | |  | | Капитаны бегут в обруч, где находятся лыжи и лыжные палки. Второй приносит первую вещь по списку и помогает одеть на капитана, затем передает эстафету третьему и так до последней вещи, последний помогает все привести в порядок. Капитан полностью одетый, проделывает несколько шагов.  Выигрывает команда, которая правильнее и быстрее выполнила эстафету.  Команды сидят на скамейках, ноги врозь. Правила передачи эстафеты: правой рукой в правую руку.  Сначала передает эстафету, а потом складывает «продукты» в обруч , и садится в конец скамейки.   |  | | --- | |  |   Побеждает команда у которой в «корзине» оказались все полезные продукты.  Обратить внимание учащихся , что можно пользоваться подсказкой.  Капитаны раскладывают карточки – часики на пол  По свистку учащиеся разбирают карточки –часики. И выстраиваются в шеренгу по одному по порядку дел в режиме дня. Тем учащимся, которым не хватило карточек, помогают остальным ученикам и проверяют правильность выполнения. Отметить самых находчивых.  Отметить самых находчивых.  Приложение №1  Выявить лучших и выставить оценки за урок. | |