Урок в 1 классе по ФГОС

Тема: Подвижные игры. «Наш режим дня»

Цель:

уметь взаимодействовать со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.

Задачи:

-совершенствование навыков бега, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции,ориентированию в пространстве;

-учиться правильно распределять время и соблюдать режим дня.

Оборудование:кегли-8 шт,гимнастическая скамейка,коврики, карточки с примерами, портфель, школьные принадлежности.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Дозировка | Методические  указания |
|  | Построение,сообщение темы и задач урока  Учитель:Ребята, вы знаете, что утром необходимо делать зарядку, но к сожалению, не все выполняют это правило.  Для чего нужна утренняя зарядка?  А как вы начинаете свое утро?  Уч. Как утро начнешь, так и день пролведешь.  Чтобы улучшить наше настроение. Почувствовать себя бодрыми и уверенными ,выполняем утреннюю зарядку.  ОРУ-на месте.  1Потягушки  2 Цветочек(сорвать цветок-наклоны вперед)  3 Самолетик(упражнение-мельница)  4Прятки(приседания-голову прижать к коленям)  5Оглянись(повороты туловища)  6 Прыжки  7Воздушный шар(1-вдох, на 3 счета выдох)  Уч: Ребята нравится вам такое начало дня?  Аеще утром , чтобы взбодриться мы умываемся.  «Водичка, водичка полей нас обильно, дай нам силы, помоги взбодриться.  А теперь нам пора в школу.  Ходьба по залу:  -на носках  -на пятках  - на внешней стороне стопы  - в приседе.  Бег с заданиями.    Уч.Ребята, почему учебу в школе называют работой?  Мы тоже сейчас немного поработаем.  Эстафеты.  1Бег до стойки-положить в портфель 1 школьную принадлежность и т.д.  2 Бег до стойки –решить пример,передать эстафету.  Уч. Почему во время работы необходимо делать перерыв?  Кто умеет хорошо работать, то умеет хорошо отдыхать.такой человек будет меньше болеть.И у нас сейчас тоже отдых.  Релаксация.  Представьте солнечный зайчик.Вот он заглянул в ваши глаза.закрываем их.Побежал дальше по лицу и нежно погладил твой нос, рот, пдбородок.Солнечный зайчик ласково гладит твое лицо,нам тепло ириятно. Ваше тело говорит вам «Спасибо. Я хорошо отдохнуло».  Уроки подошли к концу.Сейчас мы идем на прогулку и будем играть.  Подвижные игры:  «Салки», «День и ночь».  Построение, подведение итога  Домашнее задание- продолжить сказку про мальчика, которому волшебник подарил клубок ниток, в котором была нить его жизни и от того как он будет его разматывать так и будет проходить его жизнь. | 2 мин.  10 мин.  3 мин  7 мин  5мин  10 мин  5 мин | Осанка  Обучающиеся отвечают на вопрос.  Музыкальное сопровождение  Учащиеся повторяют за учителем рифмовку.  Учащиеся отвечают.  Задания выполняются по очереди.  Музыка для релаксации.  Учащиеся сидят в удобных позах на ковриках. |