Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Вольгинская средняя общеобразовательная школа

Петушинского района Владимирской области

**Урок по физической культуру в 1 классе.**

Учитель Филиппова Ирина Владимировна

Квалификационная категория вторая

2012-2013 учебный год

План конспект сюжетного урока «В поход».

Место проведения: спортивный зал

Класс: 1

Задачи урока:

1.Познакомить детей с навыками сбора туристического снаряжения.

2.Закрепление навыков лазания, перелезания.

3.Развитие ловкости.

4.Воспитание чувства взаимовыручки и духа коллективизма.

Инвентарь: магнитофон, рюкзаки, гимнастические скамейки, обручи, тоннель, цветы из бумаги, названия станций.

1.Вводная часть-12 минут.

1. Построение, сообщение задач урока.

Учитель: «Ребята, сегодня мы идем в поход. А что мы с собой в поход возьмем? – палатку, туалетные принадлежности, спальный мешок, компас, карту, одежду, запасы продовольствия и воды.

2. Учитель показывает как укладывать вещи в рюкзак.

3. Ходьба ( мы входим с вами в лес; кажем какие на носках- покажем какие высокие в лесу деревья, на пятках- стараемся не раздавить мелких лесных насекомых; в полном присяде- нам перешла дорогу утка с утятами; прыжками в низком присяде- лягушка мимо проскакала).

Учитель: « Мы подошли к станции «Спортивная» здесь нужно выполнить разминку».

4.Разминка под музыкальное сопровождение.

2.Основная часть.7 минут.

1. Ходьба.

Учитель: «А теперь мы с вами подошли к станции «Полоса препятствий».

2.Полоса препятствий.

- лазание по наклонной гимнастической скамейке (залезаем на дерево, чтобы посмотреть дорогу);

-передвижение по гимнастической стенке (пробираемся через бурелом) ;

-ходьба по перевернутым скамейкам (по мостику над речкой);

-прыжки в обруче (по кочкам на болоте);

-из положения лежа на животе на гимнастической скамейке подтягивание (как гусеница);

-тоннель (заглянем в заячью норку).

Учитель: «Дети, мы подошли к станции «Угадай-ка».

Учитель задает вопросы и за каждый правильный ответ дарит ребенку бумажный цветок ( загадки на спортивную тему).

1.Ходьба.

Учитель: « Дети, теперь мы подошли к станции «Игровая». Вы знаете как важно помогать друг другу в походе? Сейчас мы проверим это в игре!

- игра «Чай-чай выручай!»;

-игра «Салки с приседаниеми».

2.Ходьба.

Учитель: «Дети, теперь мы подошли к станции «Танцевальная».Здесь мы сделаем привал».

Дети садятся, затем ложатся, учитель проводит релакс.

- танец «Маленьких утят»;

3 .Заключительная часть.

- построение;

-игра на внимание( кто ошибся делает шаг вперед);

-подведение итогов урока( учитель отмечает детей, которые заработали больше цветов, говорит о проявлении дружбы и взаимовыручке в походе);

-домашнее задание .

-