***Конспект урока по физической культуре для учащихся 2 класса.***

**Место проведения:** малый спортивный зал.

**Время проведения:** 40 минут

**Задачи урока:**

1) Закрепить упражнения в равновесии.

2) Оценить технику кувырка вперёд.

3) Способствовать развитию быстроты реакции, скоростных качеств посредством игры «День и ночь».

**Инвентарь:** гимнастические скамейки, гимнастические маты, набивные мячи, свисток.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частьурока | Содержание | Дозировка | Организация и управление с методикой обучения |
|  | 1. Построение, приветствие, сообщение задач урока2. Ходьба:- на носках- на пятках3. Прыжки1-4 – на правой5-8 – на левой1-4 - на двух5-8 – шагом4 . Бег- обычный5. Ходьба с восстановлением дыхания6. Перестроение7. Комплекс ОРУ:1. И.П. – ноги врозь, руки на пояс
2. наклон головы вперёд
3. тоже назад
4. тоже влево
5. тоже вправо
6. И.П.- О. С.
7. руки вперёд
8. руки вверх
9. руки в стороны
10. И.П.
11. И.П. – руки к плечам

1-4 – круговые вращения вперёд5-8 – тоже назад1. И.П. – ноги врозь, руки на пояс

1 – наклон влево2 – И.П.3-4- тоже вправо1. И.П. – широкая стойка, руки в стороны

1 – наклон, руки вниз2 – И.П.3-4 – тоже1. И.П. – стойка ноги врозь, руки за голову

1 – присесть, поднявшись на носки2 – И.П.3-4 – тоже1. И.П. – руки в стороны

1 – мах левой, хлопок под ногой2 – И.П.3-4 – тоже правой1. И.П. – стойка ноги врозь, руки на пояс
2. Прыжком ноги врозь
3. И.П.

3-4 – тоже. | 1 мин.30 с.30 с.1 мин.2 мин.30 с.6-8 раз6-8 раз3-4 раза6-8 раз8-10 раз8-10 раз6-8 раз15-20 раз | Обратить внимание на внешний вид, дисциплинуруки за головуруки вперёдруки помогают движению,выпрыгивать выше,слушать команду!темп медленныйруки вверх – вдох,вниз – выдохв колонну по триспина прямая,выполнять под счётладони внутрьподняться на носкиладони вниздыхание не задерживатьвыдох (наклон точно в сторону)вдохстараться достать ладонями полавдохспину держать прямовдохногу держать прямоопорную не сгибатьпрыжок вышеспина прямая«на месте и …шагом марш!» |
|  | 1. Закрепить упражнения в равновесии:- стойка на двух ногах с закрытыми глазами- тоже на одной ноге- ходьба с закрытыми глазами по прямой- ходьба по гимнастической скамейке- ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием набивных мячей- ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами- ходьба по рейке гимнастической скамейки2. Повторить кувырок вперёд:- повторить группировку- перекаты на матах- кувырок вперёд3. Оценить технику кувырка вперёд.4. Игра «День и ночь». | 30 с.30 с.1 мин.2 мин.2 мин.2 мин.2 мин.1 мин.1 мин.1 мин.5 мин.7 мин. | руки в стороныруки в стороныруки впередруки за головуспина прямаяруки на пояс3 шага – глаза открытьруки в стороны,спина прямаяобратить внимание на постановку рукспину округлятьзафиксировать И.П.определить типичные ошибки |
|  | 1.Построение в одну шеренгу2.Игра на внимание «Минутка»3.Подведение итогов урока4.Организованный выход из зала. | 1 мин.1 мин.1 мин. | «В одну шеренгу - становись!»Выставление оценок |