**Русская народная подвижная игра**

**«Горелки»**

**Цели:** научить размыкаться на руки в стороны, повторить разминку, направленную на развитие координации движений, разучить русскую игру провести упражнение на внимание и равновесие.

**Формируемые УУД**: *предметные*: иметь представление об Олимпийских играх, о культуре русского народа, переданной через подвижной игры, выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминка и подвижных игр: *метапредметные*: принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства ее осуществления, определять общие цели и пути их достижения, планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата ; *личностные:* развития адекватной мотивации учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятия и освоение социальной роли обучающегося, развития этических чувств, доброжелательности и эмоциональности – нравственного отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

**Инвентарь:** секундомер, свисток.

**Дата и время:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержания уроков** | **Дозировка** | **Методическое указание**  |
| **1** | **Вводная часть** **1. Построение в одну шеренгу, организационные команды.**- Учитель встает, поднимает руку, указывая, где строиться. В одну в шеренгу становись. Похвалить тех, кто был внимательным и напомнить остальным.- Олимпийские игры появились в Древней Греции, но были практически забыты, если бы не Пьер Кубертен, который решил возродить их и сумел это сделать, то мы бы никогда не узнали о таких соревнованиях. Первые современные Олимпийские игры проводились в 1896г. С тех пор многое изменилось, но дух олимпизма, дружбы, объединения всех наций остается. В нашей стране очень много замечательные спортсменов: Елена И прыжки в высоту с шестом, и другие. - Равняйсь! Смирно! По порядку рассчитайсь!- Налево в обход шагом марш! - Задания на бег: можно обгонять друг друга, но при условии, что обгон не будет мешать тому, кого обгоняют. Вам выбрать удобную скорость бега, чтобы пробежать все нужное время.- Шагом марш! Бегом марш!Бег - Те, кто устает во время бега, не должны останавливаться на месте. Нужно отойти внутрь круга и там уже идти шагом, постепенно восстанавливая силы и дыхание.Переходи на шаг **2.Знакомство с правилами размыкания на руки в стороны**Учитель объясняет, что размыкание начинается с замыкающего, которой медленно отходит в сторону, разводя руки в стороны, затем начинает сдвигаться предпоследний. Нельзя толкаться, нужно все делать аккуратно и четко. Размыкаемся до того момента, когда руки у всех поднимаются в стороны, а пальцы почти касаются пальцев соседа. Учитель оказывает помощь. Затем по команде класс, сомкнись ученики должны вновь встать в обычную шеренгу. Повторить размыкание **3.Разминка в движении**Прямые руки за спиной в замке. На каждый шаг правой ногой поднять руки вверх как можно выше.Шаг правой, левое плечо вверх, шаг левой, правое плечо вверх, левое вниз.Руки вперед в замок, ладонями наружу. Повороты корпуса на каждый шаг: шаг правой ногой – поворот корпуса вправо, шаг левой ногой – поворот корпуса влево.Ходьба с круговыми движениями руками вперед и назад.Ходьба спиной вперед на носках.Ходьба спиной вперед на пяткахХодьба с выпадами, на каждый выпад хлопок под согнутой ногой.По сигналу, замереть на месте в положении ноги вместе в наклоне вперед, стараясь пальцами достать до площадки.На каждый шаг мах прямой ногой как можно выше.На каждый 4-й шаг выпрыгивание вверх с одной ноги.Разминка окончена.Класс переходим к сектору для прыжков.  | **15/**2//**20//****20//****20//****20//****20//****20//****20/** | Построение на привычном местеУченики особенно направляющий должны вспомнить, что означает этот жест учителя.Ответы детейУчащиеся выполняют командыУчитель обращает внимание детей на соблюдение дистанции и скорость, правильный подбор темпа и ритмаУчащиеся выполняют дыхательные упражненияУчащиеся выполняют по кругу руки в стороны. Учащиеся выполняют четко и аккуратно.Ученики вновь строиться в шеренгу и повторяют размыкание. Руки прямыеСмотрим через левое плечоГлубоко присестьНоги прямые |
|  |  |  |  |
| **2** | **Основная часть** **1. Разучивание правил русской народной игрой.** - Сегодня вы познакомитесь с русской традиции. - У каждого народа есть свои игры. Они носят тренировочный характер. Дети, играя в игре, тренировались быстро бегать, ловко уворачиваться от столкновений, точно метать, далеко и высоко прыгать. Но о том, какие игры и для чего были придуманы. Разучим слова для игры. *Гори, гори ясно,**Чтобы не погасло.**Глянь на небо**Птички летят,**Колокольчики звенят!**Раз, два, три – беги!*Повторим текст с движением и выберем водящего. **2.Подвижная игра «Флаг на башне»**- Главная в этой игре – сплоченность, уважительное отношение к игрокам своей команды и к соперникам. На первом месте должны быть безопасность и взаимоуважение и только затем победный результат. Класс делится на команды, рассчитавшись на первый и второй. Выбрать двух капитанов. | **25**/ | Ученики внимательно слушают учителюПоднять руку вверх и сжимать и разжимать пальцы.Приставить ладонь ко лбу козырькомХлопнуть себя по ноге рукойНадо обратить на это внимание детей. Учитель смотрит, как у детей получается подобрать ногу для отталкивания, у кого какая нога толчковая. |
| **3** | **Заключительная часть**Построение в одну шеренгу.Вдох – потянуться вверх; выдох – расслабленно опустить руки, ссутулиться.Учитель подводит итоги игр, хвалит детей за взаимовыручку, взаимоуважение, обращает внимание на некорректные моменты, если таковые имели место. Учитель подводит итоги урока и объявляет о его окончании**Упражнение на внимание** -Выполнять надо с закрытыми глазами. Я буду давать команды. Ваша задача – не ошибаться. Вперед! Назад!Учитель дает команды с постепенным ускорением. Учитель поощряет тех, кто безошибочно выполнил упражнение, и объявляет об окончании урока. **Домашнее задание** Повторить текст и запомнить.  | **5/****4р** | Учащиеся выполняют дыхательные упражнения.Ученики выполняют команды.Ученики стоят с закрытыми глазами, ноги вместе.Учитель похвалить детей за выполнение и объявлять об окончании урока. |