Открытый урок по физической культуре

для учащихся 2-х классов«Путешествие в джунгли».

**Тема урока:** **«Игра, как средство развития познавательных интересов младших школьников»**

**Цель урока:** **Закрепить универсальные учебные действия и умения посредством средств и методов физической культуры и спорта.**

**Преподаватель : учитель физической культуры Бусырева Жанна Геннадьевна.**

**УУД:**

**Личностные универсальные учебные действия:**

1. Научить ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «природа», «мир», «настоящий друг».

**Познавательные учебные действия:**

1. Формировать навыки ходьбы и бега, закрепить умение двигаться, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагируя на сигналы.

2. Формировать умения сохранять устойчивое положение на уменьшенной площади опоры (гимнастическая скамейка), в разных позах и быстрой смене положения тела.

3. Упражнять в выполнении ОРУ с малыми мячами, ведение и удары об пол в движении.

4. Упражнять в выполнение строевых упражнений разученных ранее, продолжить обучение перестроению из одной колоны в две, в движении.

5. Учить игровым заданиям и эстафетам.

6. Учить комплексу упражнений с канатом.

7. Научить наблюдать и делать самостоятельные простые выводы.

**Регулятивные учебные действия:**

1. Содействовать развитию мелкой моторики, быстроты реакции, координации движений, ловкости, силы.

2. Развивать творчество, инициативу в двигательных действиях.

3. Прививать интерес к здоровому образу жизни.

4. Способствовать повышению общего функционального состояния организма.

5. Способствовать формированию опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки и функционального свода стопы.

**Коммуникативные учебные действия:**

1. Воспитывать доброжелательные отношения между детьми в совместной двигательной деятельности.

2. Прививать детям стойкий интерес к подвижным играм, поддерживать в них жизненный оптимизм и здоровый соревновательный дух, поощрять творчество и разнообразную двигательную деятельность.

3. Участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки.

**Урок проводится в спортивном зале, на стенах изображения пальм, попугаев, обезьян.**

Инвентарь: малые мячи (по количеству занимающихся), гимнастические скамейки (3 шт.), канат (2 по 12 метров), шведская стенка, маты.

**Методическая карта урока: 1. Организация класса. Введение в ситуацию общения (подготовительная часть урока):**

1. Сообщение задач урока, настроить учащихся на деятельность.

2. Формирование навыков ходьбы и бега (разновидности передвижений)

3. Упражнять в выполнении строевых упражнений, изученных ранее (повороты на месте,

перестроение из одной колоны в две).

4. Совершенствование техники выполнения упражнений на уменьшенной площади опоры,

упражнения на развитие равновесия.

5. Совершенствование техники выполнения комплекса ОРУ с малыми мячами.

**2. Актуализация знаний и пробное учебное действие (основная часть урока):**

1. Учить упражнениям с канатом.

2. Совершенствование техники прыжков в длину с места и с небольшого разбега.

3. Закрепление и совершенствование навыков лазанья по шведской стенке, по гимнастической

скамейке.

**3. Рефлексия учебной деятельности на уроке (заключительная часть урока):**

1. Учить игровым заданиям и эстафетам, игре на внимание.

2. Способствовать понижению нагрузки, проверка внимания.

3. Подведение итогов урока.

**Начало урока:**

Построение класса в шеренгу, приветствие, расчет по порядку номеров. **Учитель:** Ребята! А вы любите путешествовать? Я сегодня предлагаю вам отправиться в Джунгли. Джунгли – это такое место, где за каждым деревом и за каждым кустом подстерегают опасности. Джунгли – это край приключений. Здесь вам пригодится все, чему вы уже научились. Если вы умеете бегать, прыгать, кувыркаться, лазить, то джунгли вас зовут! В джунгли вперед! Перед тем как отправляться, надо слегка размяться.

**Раз, два, левой – мы шагаем смело. В Джунглях ждет нас много встреч, и нам некогда прилечь.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержание** | **Дозировка** | **ОМУ (общие методические указания** |
| **Подготовительная**  **15мин.**  **Основная**  **25 мин.**  **Заключительная**  **5 мин.** | **1. Построение в шеренгу.**  **2. Приветствие**  **3. Сообщение задач урока.**  **4. Повороты на месте, расчет на 1.2.**  **5. Передвижения по залу в колоне по одному.**  **6. Ходьба с одновременным выполнением упражнений руками.**  **a) 1-правая на пояс,**  **2-левая на пояс,**  **3-правая к плечу,**  **4- левая к плечу,**  **5- правая вверх,**  **6- левая вверх,**  **7-8-два хлопка в ладоши.**  **1-8 все в обратной**  **последовательности.**  **б) 1-4 шаг ходьба на носках,**  **руки вверх,**  **5-8 ходьба на пятках, руки на пояс.**  **в) Три шага вперед, остановка,**  **прыжок ноги врозь с хлопком над головой.**  **7. Разновидности передвижений.**  **a) Галоп с правой ноги и левой.**  **б) бег правым и левым**  **боком.**  **Учитель: Чтобы ближе к цели быть, нам бы стоит поспешить.**    **c) Бег змейкой, обегая препятствия**    **8. Задания в парах.**  **a) По свистку 1-е номера принимают положение упора стоя, боком по направлению движения. 2-е номера**  **подползают по 1-е. И все продолжают движение, по второму свистку наоборот.**  **б) По свистку 2-е номера забегают за 1-е и**  **встают впереди, по второму свистку наоборот.**  **в) По свистку 1-е номера принимают положение упор лежа, 2-е номера**  **перепрыгивают через 1. И наоборот.**    **Учитель: Вот отличная дорога, руки разомнем немного, а помогут в этом нам наши яркие друзья.**  **9. Перестроение в колону по два. Дети встают**  **за скамейками.**  **ОРУ с малыми мячами:**  **a) Ходьба по скамейке, одновременно**  **перекладывая мяч вокруг шеи, пояса, таза, и под ногой. На полу ходьба с одновременным отбивом мяча об пол.**  **б) Ходьба по скамейке приставным шагом,**  **ударяя мячом об пол, на полу,**  **упражнение «каракатица» мяч на животе.**  **в) Ноги врозь, ходьба ударяя мячом об**  **скамейку, на полу перекладываем мяч**  **под ногой и выполняем подпрыгивание.**  **г) Прокатить мяч по скамейке правой**  **рукой, на полу бег с мячом до фишки.**  **Учитель: В джунглях очень много дел,**  **но всему есть свой предел, отдыхаем,**  **отдыхаем и мячи все собираем.**  **Учитель: Вот лежит змея, скучает, как**  **ей двигаться не знает. Мы тихонько**  **подойдем, в руки хвост ее возьмем.**  **Чтобы нам развеселиться, мы решили**  **порезвиться!**  **1. Упражнения с канатом:**  **a) и.п. – лежа на спине, канат**  **вытянут вверху над головой.**  **1-сесть руки с канатом вперед**  **2-и.п.**  **б) и.п.- лежа на спине, руки с канатом впереди.**  **1-поднять ноги вверх**  **2-и.п.**  **в) и.п.- лежа на животе, руки с**  **канатом вытянуты вверх.**  **1-поднять руки и ноги вверх,**  **выполнить упражнение «лодочка»**  **2-и.п.**  **г) и.п.-основная стойка, лицом к канату.**  **Прыжки на двух ногах через канат вперед и назад.**  **д) и.п. –ноги врозь, канат между ног.**  **Прыжок ноги скрестно, врозь.**  **е) канат сложить пополам,**  **расстояние между частями 50-70 см.**  **2. Прыжок в длину с места через канат.**  **Присесть, руки завести назад, по сигналу- руки вперед замах и прыжок в длину вперед, поворот кругом и снова**  **прыжок.**  **После прыжков дети подходят к шведской стенке.**  **Учитель: У змеи огромный хвост, будто с головы он рос. Со змеей мы подружились, и ничуть не утомились. Отдыхай, лежи, змея, и не жаль детей**  **зазря!**    **Дети прощаются со змеей.**  **Учитель: Кто тут смелый, кто герой? Эй ребята все за мной! Мы продолжим наше путешествие по джунглям и**  **дорога привела нас к горе**  **Калиманджаро. Подниматься будет трудно, там мало ровных мест, дорога петляет и дорогу пересекает горная речка, она хоть и мелкая, но течение в**  **ней очень быстрое, а вода ледяная.**  **Для того, чтобы нам всем преодолеть препятствия мы разделимся на две**  **группы и будем по очереди проходить все препятствия.**    **Метод круговой тренировки.**  **1 группа – «восхождение на**  **Калиманджаро». Лазанье по шведской стенке поточно. Первый забирается на**  **первую стенку, приставным шагом передвигается на соседнии секции, потом**  **спускается и возвращается обратно подлезая под барьеры.**  **2 группа – «преодоление горной реки»**  **Проползти по скамейке, выполнить разбег и перепрыгнуть через канат**  **(прыжок в длину с разбега с**  **приземлением на обе ноги).**  **По свистку учителя, группы**  **выстраиваются у своих мест и по второму сигналу меняются местами. Выполняют задание на другой станции.**  **Затем садятся на свои скамейки.**  **Учитель: Здесь нам было трудновато, но мы смелые ребята, и мы наконец-то**  **выбрались на твердую почву. Вот так джунгли! Ну и ну! Что мы видим? Здесь зверей не сосчитать. Вот и зебра,**  **обезьянка, леопарда не догнать, давайте с вами попробуем изобразить**  **этих животных и будем передвигаться,**  **так же как и они.**  **1. По сигналу первые номера выбегают и**  **изображают своего зверя, затем вторые и**  **т.д.**  **2. Игра «Вызов номеров» вместо номера назвать животное, ребенок выбегает, до фишки обратно бегом. Кто первый тот и приносит очко своей команде.**  **Учитель: Ребята, а вы знаете, что в джунглях очень быстро темнеет? Поэтому нам пора возвращаться домой.**  **3. Построение в одну шеренгу.**    **4. Игра на внимание. «Горы, реки, кочки»**  **По команде «горы» – все встают на носки и поднимают руки вверх, по команде «реки» – дети поворачиваются**  **направо и кладут руки друг другу на плечи, по команде «кочки» – все делают**  **упор присев.**  **Учитель: Вот и настала пора**  **прощаться, я надеюсь, вам наше путешествие по джунглям понравилось? Вы были ловкие и смелые, дружные и внимательные. До свидания, до новых встреч.** | **30 с**      **1 мин.**    **30с**            **5-6 раз**  **4-5 раз**        **5-6 раз**  **По 4 шага на каждую,**  **повторить**  **6-8 раз**            **4 раза**            **4 раза**                  **2-3 раза**    **2-3 раза**      **2-3 раза**      **1-2 раза**  **6 раз**      **6 раз**  **6 раз**          **5-8 раз**    **5-8 раз**    **5-8 раз**    **4-6 раз**  **2-3мин.**                    **2-3 мин.**  **1 раз**  **Каждое**  **животное по 1**  **разу**        **3-4 раза** | **Класс! В одну шеренгу, Становись! «Равняйсь»,**  **«Смирно», по порядку «Рассчитайсь».**  **«Направо, «Налево», «Кругом». На 1,2**  **«рассчитайсь»**  **В обход налево по залу «Шагом Марш»**      **На каждый шаг выполняется движение рукой,**  **учитель выполняет подсчет**          **Руки вверх, следить за правильной осанкой.**  **Прыжки выполняются на месте, постараться не**  **наталкиваться друг на друга, контролировать**  **интервал и дистанцию.**    **Выполняется по кругу, в колоне по одному.**            **Бег вокруг скамеек. После бега перейти на ходьбу,**  **выполнить упражнения на восстановление**  **дыхания**    **Следить за тем, чтобы дети не сталкивались,**  **быстро реагировали на сигналы учителя.**        **Чтобы забежать вперед, необходимо ускориться**      **Упор лежа выполняется лицом к центру круга.**        **Дети передвигаются в колоне, учитель раздает**  **малые мячи, после этого дети перестраиваются в**  **две колоны в движении.**  **В колону по два через центр «Шагом Марш».**  **Перед каждой колонной скамейка.**  **Дети поточно выполняют упражнение в колонах**  **друг за другом, затем добегают до фишки и**  **возвращаются обратно.**      **Следить за интервалом, после отбива мяч ловить**  **двумя руками.**                    **Постараться, чтобы мячик катился точно по**  **прямой, выполнить левой рукой то же.**  **Дети складывают мячи, садятся на свои скамейки.**  **Канат располагается на боковых линиях зала. Дети**  **делятся на две части и подходят к канату, садятся**  **на пол и берут канат в руки. Команды**  **располагаются лицом друг к другу. Упр-ния все**  **выполняют одновременно под счет учителя**  **Команды работают синхронно.**      **Ноги прямые поднять на 90 гр.**  **Прогнуться при выполнении лодочки, голову**  **вверх, удержать положение несколько секунд.**      **Выполняется в своих командах, следить за**  **интервалом.**  **Постараться на канат не наступать. Обратить внимание на работу рук во время прыжка, и на отталкивание ногами.**    **Выполняется одновременно всеми, следить за**  **расстоянием между учащимися, избегать**  **столкновений. Обратить внимание на технику**  **прыжка. Расстояние между частями каната можно**  **увеличивать, по мере усвоения прыжка.**  **Детей можно разделить на группы, в соответствии**  **с номером, полученным в начале урока, можно на**  **девочек и мальчиков.**    **Под шведской стенкой разложить маты,**  **обеспечить страховку.**          **Дети по очереди проползают по скамейке,**  **подтягиваясь двумя руками. Прыжок в длину с разбега, обратить внимание на технику прыжка.**  **Движение рук, отталкивание одной ногой и**  **приземление на две ноги.**  **Учитель распределяет детей, назначая каких**  **животных они будут изображать.**  **1номера-зайцы**  **2-леопард**  **3-зебра**  **4-обезьянки**  **5-тигр**  **6-слон**  **7-антилопа и т. д.**  **Каждый ребенок придумывает свой способ передвижения. Добежать до фишки, обратно**  **шагом.**    **Вызывать детей в любой последовательности. В**  **конце подвести итог.**  **В одну шеренгу «становись»**  **Объяснить правила игры, каждый ребенок проверяет свою внимательность.**  **Дети прощаются с учителем и выходят из зала.** |