*План конспект урока 1 класс*

*Тема: Общеразвивающие упражнения с предметами.*

*Цель: Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений.*

*Задачи: 1. Общеразвивающие упражнения с предметами.*

 *2. Закрепление эстафеты «Крабик».*

 *3. Развитие координационных способностей.*

 *4. Подвижная игра «Цапли на болоте»*

 *5. Воспитание чувства коллективизма.*

*Тип урока: учебный*

*Вид урока: Предметный*

*Место проведения: ст. Полтавская*

 *МАОУ СОШ № 7, спортивный зал*

*Инвентарь: скамейка, скакалки, свисток*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  *Содержание* | *Дози-ровка* | *Организационно-методические**указания* | *Универсальные учебные**действия (УУД)* |
|  *Подготовительная часть урока 10 минут* |
| *1. Построение в 1 шеренгу.* *2. Сообщение цели и задач урока.**3. Ходьба: на носках,* *- на пятках,**- на внешней стороне стопы,**- на внутренней стороне стопы,**4. Беговые упражнения:**- приставными шагами,**- с высоким подниманием бедра,**- с захлёстом голени,**- бег из разных И.п.**- ходьба спиной вперёд,**- ходьба в присяде,**- ускорение,**- ходьба на месте.**5. Прыжки на скакалке.**6. Комплекс общеразвивающих упражнений* *без предметов № 1.**(см. Приложение № 1)* | *1 мин.**1 мин.**1 мин.**1 мин.**1 мин.**5 мин.* | *Обратить внимание на спортивную форму.**Следить за правильным положением рук, спину держать прямо.**Вперёд не наклоняться.**Руки на пояс,**Спина прямая**Касаться ягодиц**Руки на коленях**Дыхание не задерживать**Выполнять чётко и правильно задания.**Дыхание не задерживать, соблюдать технику безопасности.* | Планируемые личностные результаты:*Овладение**начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире.**Принятие и**освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности.*Планируемые метапредметные результаты*:**Ознакомление с**правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы.**Формирование**умения составления комплексов упражнений.**Освоение* *начальных форм познавательной и личностной активности.* |
|  *Основная часть урока 25 минут* |
| *Развитие координационных способностей.**Закрепление эстафеты**«Крабик».**Учитель контролирует выполнение, исправляет ошибки.* *Подвижная игра «Цапли на болоте».* | *10мин.**7 мин.**8 мин.* | *Чётко и правильно повторять упражнения.**Соблюдать технику безопасности. Следить за правильным выполнением задания.**Следить за правильным выполнением заданий. Соблюдать правила игры.* | Коммуникативные виды УУД:*Овладение* *способностью принимать* *и сохранять цели и задачи* *учебной деятельности,* *поиска средств её* *осуществления.*  |
|  *Заключительная часть урока 5 минут* |
| *Игра на внимание «Запрещённое движение».**Учитель объясняет* *правила игры,* *контролирует* *выполнение правил игры.* | *4 мин.* | *Локти приподнять, спину выпрямить, плечи отвести назад, дыхание спокойное, внимательно слушать команды учителя.* | Планируемые предметные результаты:*Моделировать**Комплексы упражнений с учётом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости.**Уметь: выполнять ОРУ с предметами, эстафеты.**Знать: правила техники безопасности на уроках гимнастики.* |
| *Подведение итогов урока.**Организованный выход из зала.* | *1 мин.* | *Следить за дисципли-ной. Отметить всех учеников.* |  |