*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.* |  |