*План конспект урока 1 класс*

*Тема: Повороты направо, налево, размыкание на вытянутые руки.*

*Цель: Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений.*

*Задачи: 1. Общеразвивающие упражнения с предметами.*

 *2. Перестроения по звеньям, по заранее установленным местам.*

 *3. Размыкание и смыкание на вытянутые в стороны руки.*

 *4. Повороты направо, налево.*

 *5. Развитие координационных способностей.*

*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:*Формирование:**навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.**Развитие:**самостоятельности личности, ответственность за свои поступки.**Развитие:**мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения.*Планируемые метапредметные результаты*:**Принимать и сохранять* *цели и задачи учебной деятельности, находить средства ее осуществления,**конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.* *Принимать и сохранять* *цели и задачи учебной деятельности.**Осознание важности* *освоения универсальных умений связанных с выполнением* *организующих упражнений.*  |
|  *Основная часть урока 25 минут* |
| *Развитие координационных способностей.* *Перестроения по звеньям, по заранее установленным местам.**Размыкание и смыкание на вытянутые в стороны руки.**Перестроение из колонны по одному в колонну по два.**Учитель исправляет ошибки.* | *10 мин.**5 мин.**5 мин.**5 мин.* | *Чётко и правильно повторять упражнения.**Соблюдать технику безопасности. Следить за правильным выполнением задания.**Следить за правильным выполнением заданий. Соблюдать технику безопасности. Исправлять ошибки.* | Коммуникативные виды УУД:*Формирование**умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью.* *Формирование умения понимать причины успеха, неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.* |
|  *Заключительная часть урока 5 минут* |
| *Игра на внимание «Класс, стройся!».**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:*Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений.* *Различать и* *выполнять  строевые команды, повороты, перестроения, расчет по порядку.* *Уметь:* *строиться в круг, колонну, шеренгу, колонну, перестраиваться по звеньям, размыкаться и смыкаться на вытянутые в стороны руки.* |
| *Подведение итогов урока.**Организованный выход из зала.* | *1 мин.* | *Следить за дисципли-ной. Отметить всех учеников.* |  |