План конспект урока 1 класс

Тема: Строевые упражнения: выполнение команд.

Цель: Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений.

Задачи: 1. Общеразвивающие упражнения с предметами.

2. Выполнение команд: «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».

3. Выполнение перестроений, поворотов направо, налево.

4. Развитие координационных способностей.

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:  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 | | | |
| Выполнение команд: «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».  Выполнение перестроений, поворотов направо, налево.  Развитие координационных способностей.  Учитель исправляет ошибки. | 5 мин.  10 мин.  10 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:  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 «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:  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. |  |