**Конспект урока во 2 классе**

**Задачи урока:**

1.Соединение нескольких изученных элементов.

3. Развивать координацию.

4. Воспитывать чувство коллективизма.

*Место проведения: спортивный зал*

*Инвентарь и оборудование: гимнастические маты. Время проведения 45 минут.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Содержание урока*** | ***Дозировка*** | ***ОМУ*** |
| **Подготовительная часть( 10 минут)** | | |
| 1. Построение, сообщение задач на урока . | 1- мин |  |
| 3. Строевые упражнения:   * Повороты «На-лево! На-право! Кругом!»; * «Становись!», «Разойдись!» * Перестроение в колонну по одному, в шеренгу, в круг | 1 мин | -слушать команды |
| * 1. **Ходьба:**   –обычная;  - на носках, руки на поясе;  -на пятках, руки за головой    **4. Бег со сменой лидера**  **5. ОРУ на месте**  1. И. п. - о. с. круговые движения головой.  1- наклон вперед;  2- И. п.  3- наклон назад;  4- И. п.  2. И. п – о. с.  1-2 – круг плечами назад;  3-4 – то же вперед;  3. И. п. – о. с.  1- правую руку на пояс;  2- левую руку на пояс;  3- правую руку за голову;  4- левую руку за голову;  5- правую руку на пояс;  6- левую руку на пояс;  7- правую руку вниз;  8- левую руку вниз;  4. И. п. – о. с., руки вперед;  1- левую ногу назад на носок, руки вверх;  2- И. п.  3- то же правой;  4-И. п.  5. И. п. – о. с., руки на пояс;  1- выпад левой ногой вперед, руки в стороны;  2- И. п.  3- то же правой;  4- И. п.  6. И. п. – стойка ноги скрестно, правая нога впереди, руки на пояс;  1- присесть;  2- И. п.  7. И. п. – о. с., руки вверх;  1- наклон вперед;  2- И. п.  3- наклон назад;  4- И. п.  8. И. п. – о. с.  1-3 – три прыжка на месте;  4- прыжок на месте с хлопком над головой. | 1 мин  8-10м  10-15м  10-15 м  2 мин  5 мин  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз  8-10 раз | -лопатки сведены, смотреть вперед; шаг широкий  -подняться выше на носки; лопатки сведены, руки точно на пояс.  -руки точно за головой, лопатки сведены.  Класс выполняет бег в колонне по периметру площадки, дистанция между учениками 2-3 м, по сигналу учителя замыкающий в колонне выполняет ускорение с левой стороны колонны и занимает позицию направляющего.  Спина прямая  -слушаем счет.  -спина прямая  - руки тянем выше  -выпад глубже  - руки держим ровно, приседание глубже  - прыгаем выше, слушаем счет |
| **Основная часть 30 мин** | | |
| 1. соединение изученных элементов   * Ласточка, кувырок вперед и кувырок назад * Козлик, колесо 2 раза * Ножницы, кувырок назад в стойку на лопатках * Прыжок на 360 градусов, кувырок вперед, лечь на спину, мост   2.Эстафеты   * Кувырок вперед, прыжок через скакалку 5 раз, оббежать фишку, передать эстафету * Прохождение по гимнастической скамейке * Теннисный мяч * Прыжки в длину по очереди * Пробежка с командой   4.Игра «Пустое место».  Все играющие, за исключением водящего, становятся в круг не более, чем на полшага один от другого и кладут руки за спину. Водящий за кругом. Водящий бежит вокруг круга, дотрагиваясь до кого- либо из играющих и после этого бежит в другую сторону. Тот, до кого дотронулись бежит в другую сторону. Встречаясь, они здороваются, приседают и т.д. Выигрывает тот, кто первый добежит до пустого места. | 10 мин  10 мин  10 мин | Класс перестроить в 3группы    Каждая группа выполняет одни и те же упражнения по очереди  Следить за правильностью выполнения своевременно исправлять ошибки  Класс делится на 2 команды  Правила игры: водящий должен коснуться рук играющего, вызывая его на соревнования в беге; когда играющие обегают круг, никто не должен им мешать; при встрече играющие обязательно выполняют условия задания4 тот кто не выполнит задание, становиться водящим. |
| **Заключительная часть 5мин** | | |
| Построение, разбор игры, подведение итогов урока.  Организованный уход.  Домашнее задание |  | Выполнять утреннюю гимнастику. |