|  |  |
| --- | --- |
| **Предмет, класс** | Физическая культура, 2 класс |
| **УМК, автор программы** | УМК Лях В.И. «Физическая культура 1-4 класс» |
| **Учитель** | **Санаева Анастасия Александровна**, учитель физической культуры МОАУ «СОШ № 72» |
| **Тема урока** | «Акробатические упражнения. Упоры, седы. Выполнение строевых команд».  |
| **Цель урока** | Ознакомить с группированием,перекатами,кувырками,стойками. |
| **Задачи урока** | ОбучающиеСовершенствовать строевым упражнениям на месте и в движении;Обучить группировке,перекатам,кувырки,стойкам,равновесию. | РазвивающиеРазвивать ловкость, гибкость, силу. | ВоспитательныеВоспитывать чувства товарищества и взаимопомощи;Воспитывать смелость,дисциплинированность, активность;ОздоровительныеРазвивать внимание, координацию движений с помощью общеразвивающих упражнений;Развивать опорно-двигательный аппарат. |
| **Планируемые результаты урока** | **Предметные знания и умения** | **Личностные качества, метапредметные УУД** |
|  | **Предметные результаты**- научиться формулировать цель и задачи урока; - определить правильную модель выполнения кувырка вперед- самостоятельно без ошибок применить свое умение техники кувырка вперед.  | **Личностные результаты**:–воспитание дисциплинированности, умение добросовестно выполнять учебное задание.**Метапредметные результаты**Регулятивные: умение контролировать и оценивать результаты собственной деятельностиКоммуникативные: умение увидеть ошибки других обучающихся и подсказать пути их исправления;- умение логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зренияПознавательные: понимать значение выполняемых действий, умение соотносить реальный результат с нормой посредством самооценивания. |

**Организационная структура урока**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап урока | Задачи этапа | Деятельность учителя | Деятельность учащихся |
| **Подготовительная часть- 15 минут** | Построение. Сообщение целей и задач урокаХодьба: - Руки на пояс, на внешней стороне стопы-Руки на пояс, прыжки на двух ногах с продвижение вперед.- Руки вверх на носках.Бег Восстановление дыхания в ходьбе.ОРУ**I**.И.п.: ноги на ширине плеч, руки опущены. 1.Поднять плечи, развести руки в стороны 2. и.п. 2-4 тоже.**II.** И.П. стойка ноги врозь.1-Руки вперед2- руки вверх3- руки в стороны4- и.п.**III.**.И.п.: стойка ноги врозь, руки на поясе 1-наклоны в сторону, рука верх2 -и.п3 -наклон в сторону, рука вверх4- и.п.**IV.**И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе 1- наклон к левой2- наколн3- на клон к правой4- и.п.**V.**И.п.: ноги врозь, руки на пояс1-4 круговые вращения туловищем в левую сторону5-8 в правую.**VI.**И.п.: стойка, руки на поясе.1-Попрыгать на двух ногах на месте с хлопками над головой.2-И.п.3-4 тоже. | *- Построились.**-Равняйсь! Смирно!**- Здравствуйте.**«Вольно!»**«По порядку рассчитайсь!»**Команда: «Направо – раз - два!», «В обход по залу шагом марш!» Дистанция 2 шага.*Тема нашего урока «Акробатические упражнения. Упоры, седы. Выполнение строевых команд»*«Чем мы будем сегодня заниматься?»**«Чему мы с вами должны научиться?»* *«По порядку - рассчитайся!»**«Направо!»**«В обход налево шагом марш!»**«Руки натянули»**«Спину выровняли»**«Бегом марш»* темп медленный, следить за дыханием, за дистанцией«Шагом» «Руки через стороны вверх» вдох через нос«Руки через стороны вниз» Выдох через рот«На 1-2-3»Рассказ, показМетод выполнения – фронтальный, соревновательный*«Спина прямая, взгляд вперёд»**«Спина прямая, наклон глубже»**«Ладони во внутрь»**«Наклон глубже. Ноги в коленях не сгибать»*«*Наклон глубже. Ноги в коленях не сгибать»**«Спина прямая»*«*Прыжок выше»* | Построение в шеренгу- Приветствие. Определение темы, цели и задач урокаСчет по порядку. Последний «Расчет окончен!»Ходьба по залуБег по залу в среднем темпеВосстанавливают дыханиеВыполняют перестроение в две колонны Выполняют ОРУ |
| **Основная часть- 20 минут****Фронтальный****Соревновательный** | Строевые упражнения -Дробление**Группировка-**подготовительное упражнение для выполнения перекатов**I.**И.п. - упор присев.На 1- перекат назад в группировке,2- перекат вперед в упор присев,3-4 тоже.**2. Перекат-** вращательное движение тела с последовательным каса­нием опоры без переворачивания через голову**II.** Ноги на ширине плеч, наклоняемся вперед. Руки отводим назад, опускаем вниз. Не сгибая ноги, захватываем руки под коленями. Перекатываемся назад, носки при этом касаются опоры за головой. **Кувырок-** вращательное движение тела с последовательным ка­санием опоры и переворачиванием через голову.**III.** Приседаем и делаем упор на руки. Отталкиваемся и перекатываемся через голову вперед.**V. «Ласточка»**Исходное положение – стоя на коленях. Поднимаем выпрямленную одну ногу. Сгибаем ее и тянем до уровня головы (этот элемент добавляется не сразу, а послеуспешного освоения предыдущих шагов).«День Ночь» | *«Равняйсь!»**«Смирно!»**На первый – второй рассчитайсь!**В две шеренги становись!*2 раза*В одну шеренгу становись!* *На право!**В две колоны становись!*2 раза*В одну колону становись!*  *«Направо – раз - два!»**«В обход налево шагом марш!»*Деление колоны на две.«Через центр зала в колоны по 2 марш!»«В одну колону чрез середину зала на лево марш!»Группировка .Основная задача – сгруппировать тело из положения стоя или лежа с выпрямленными руками и ногами.Локти прижимаем к телу, колени тянем до уровня плечевого пояса. Ладонями захватываем голеностопный сустав. Округляем позвоночник, голову кладем на грудную клетку и слегка разводим колени. Перекат - используется и как отдельное упражнение, и как связка между многими другими. Кувырок (вперед). Подбородок прижат. | Выполняют перестроение Выполняют указания учителяСледить за правильным выполнением игры. |
| **Заключительная часть- 5 минут** | Построение. Игра на вниманиеПодведение итогов урока.Рефлексия. | *« Построились. Равняйсь. Смирно!»*Выполняем задания только те, которые я показываю.«Какая была тема урока?»« Чему мы научились?» Выставление отметок.« А теперь оцените себя сами»- Если у вас все получилось на уроке и не было недочетов, то вам нужно будет сделать 4 шага вперед.-Если у вас были затруднения и не все получилось, то вам нужно будет сделать 2 шага вперед.- Если же у вас совсем ничего не вышло и ничего не получилось. Оставайтесь на месте.Шагом, марш!-Спасибо за урок! | Построение в одну шеренгу.Подведение итоговСамооценка |