Конспект урока по физической культуре в начальных классах

МБОУ СОШ№14

Учитель: Гусейнова Ф.И.

Тема: **Гимнастика**

**Форма проведения урока:** урок с применением дистанционных образовательных технологий.

**Цель урока:** разучить разминку с гимнастическим обручем
**Задачи урока:**

Образовательные: совершенствование техники выполнения акробатических упражнений, ознакомление с техникой выполнения «мост» из положения стоя.

Оздоровительные: развитие чувства ритма и координационных способностей у обучающихся.

**Продолжительность:** 15 минут.

**Методы:**

Словесный (беседа, диалог)

Практический (показ-рассказ)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этап образовательного процесса** | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** |
| Сообщение цели и задач урока. | Напомнить правила поведения и техники безопасности на занятиях гимнастики.Ознакомление обучающихся с целями и задачами урока. | Формирование интереса к виду спорта.Осознание опасности при нарушении техники безопасности на уроках гимнастики. |

**Подготовительный этап**

**ОРУ в движении**

Рис.3

Рис.2

Рис.1

Рис.4

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * Ходьба на носках, на пятках (Рис.1);
* Ходьба обычная (Рис.2);
* Движение с крестным шагом правым/левым боком (Рис.3)
* Бег в медленном темпе: обычный; с захлестыванием голени; с высоким подниманием бедра.(Рис.4)
 | Обращение внимания у обучающихся на основные ошибки при выполнении упражнений в движении.Перестроение из одной колонны в три для выполнения ОРУ на месте. | Соблюдение дистанции.Следить за дыханием.Формирование понятия последовательности при выполнении ОРУ. |

**Комплекс упражнений для утренней зарядки**

1. Ходьба на месте; 5. Наклоны вперед ;
2. Махи руками; 6. Приседания;
3. Повороты; 7. Прыжки
4. Наклоны в сторону; 8. Подтягивания

*Дети выполняют движения по тексту.*

Вдох и выдох!

Раз-присели!

Два-привстали!

Три-нагнулись!

И достали до носка одной рукой.

Четыре-нагнулись!

И достали до носка другой рукой

Физкультминутка «Вдох и выдох»

**Рефлексия**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Предлагает вспомнить тему и задачи урока и оценить свои достижения в освоенном упражнении.Я сегодня смог выполнить….Мне легко удалось сделать упражнение…. | Показ выполнения упражнения с ошибками с последующим их исправлением.Оценивает работу учащихся. | Анализ своей деятельности на протяжении всего урока.Анализ работы, совершенной обучающимся при выполнении акробатических упражнений.. |

 **Домашнее задание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Самостоятельно выполните наклон вперед из положения, стоя на полу согласно нормам ВФСК ГТО вашей ступени | Объяснение надобности в выполнении домашнего задания.Показ выполнения упражнения с ошибками с последующим их исправлением.Оценивает работу учащихся. | Совершенствование умений в выполнении упражнений с гимнастическим обручем.Осознать важную роль в выполнении домашнего задания. |