

**План - конспект открытого урока по физической культуре по теме:
«Развитие двигательной активности в ограниченном пространстве»
(в рамках ФГОС НОО)**

Автор: Чернышев Максим Владимирович, учитель физической культуры МОУ ИРМО «Марковская СОШ»

ПЛАН – КОНСПЕКТ

Тема урока: Развитие двигательной активности в ограниченном пространстве (в рамках ФГОС НОО)

Цель: укрепление здоровья, развитие двигательных умений и навыков, формирование устойчивого интереса к двигательной деятельности.

Задачи урока:

Образовательные задачи (предметные результаты):

1. Обучение техники спортивного ориентирования, координационная лестница, игра «Камень, ножницы, бумага»
2. Совершенствовать строевые упражнения.
3. Закреплять понятия двигательных действий.
4. Укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.
5. Укреплять сердечно - сосудистую, дыхательную и костно-мышечную системы организма детей.

Развивающие задачи (метапредметные результаты):

1. Формировать умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих (коммуникативное УУД).
2. Развивать умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения знаний (регулятивное УУД).
3. Развивать двигательную активность, формировать жизненно важные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья. (регулятивное УУД).
4. Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации (регулятивное УУД).
5. Научить ориентироваться по карте (познавательные УУД).

Воспитательные задачи (личностные результаты):

1. Формировать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни (самоопределение, личностные УУД).
2. Формировать мотивацию учебной деятельности.
Воспитывать интерес и положительное отношение к двигательной деятельности (смыслообразование, личностные УУД).
3. Формировать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
Воспитывать самостоятельность и активность (нравственно-этическая ориентация, личностное УУД).

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь: скамейка, контрольные пункты, карты, демонстрационная доска для показа, координационная лестница, обручи.

Учитель: Чернышев Максим Владимирович.

Сценарный план урока

Этапы урока	Содержание	Деятельность учителя	Деятельность обучающегося	Формируемые УУД
1	2	3	4	5
<p>1.Подготовительный этап (10мин.)</p> <p>1.Организационный момент.</p>	<p>Построение в шеренгу. Приветствие. Сообщаю задачи урока. Обращаю внимание на внешний вид и готовность к уроку. Ребята! Сегодня у нас необычный урок. Мы с Вами отправимся путешествие на волшебный остров, там живут жители которые очень любят заниматься спортом каждый день. Мы с вами познакомимся и присоединимся к ним и выполним с ними интересные упражнения.</p> <p>Но прежде чем отправить в путешествие мы проведем разминку.</p> <p>ОРУ в шаге: Ходьба по залу:</p> <ul style="list-style-type: none"> - на пятках, руки за спиной; - на носочках, руки вверх; - с высоким подниманием колен, руки на поясе; <p>ОРУ в беге:</p> <p>Приставным шагом - правым, левым боком;</p> <p>-бег с зохлестом голени назад, с высоким подниманием бедра.</p> <p>Бег спиной в перед, с высоким подниманием бедра.</p> <p>-Молодцы! Вы были очень внимательны!</p> <p>Упражнение на дыхание.</p>	<p>Организация учащихся на урок.</p> <p>Четко формулировать задачу.</p> <p>Напомнить технику безопасности при выполнении бега</p>	<p>Строятся, приветствуют учителя.</p> <p>Воспринимают словесную информацию, воспроизводят двигательные действия.</p> <p>Развивается реакция, внимание.</p> <p>Задания способствуют развитию координации движений.</p>	<p>Постановка учебной цели занятия.</p> <p>Умение правильно выполнять двигательное действие.</p> <p>Умение организовать собственную деятельность.</p> <p>Умение следить за дыханием и осанкой, следить за работой рук и ног.</p> <p>Умение организовать собственную деятельность правильно выполнять упражнение.</p>

<p>2. Актуализация знаний. Подготовка учащихся к работе на основном этапе (8 мин.)</p>	<p>Перестроение в 4 колонны. 1.И.п. стоя, руки на поясе: 1 наклон головы в право 2 И.П 3 в лево 4 И.П. 3.И.п. стоя, руки вниз: 1-3- шагаем вперед левой ногой, 4- выполняем хлопок и поднимаем левое колено, 1-3- шагаем назад, 4-движение тоже. 4.И.п. стоя, руки вниз: 1-3- шагаем в правую сторону, 4- выполняем хлопок и поднимаем правое колено, 1-3- шагаем на свое место, 4-движение тоже. 5.И.п. стоя, руки вниз: 1-3- шагаем в левую сторону, 4- выполняем хлопок и поднимаем левое колено, 1-3- шагаем на свое место, 4-движение тоже. 6.И.п. стоя, руки на поясе: 1-3- наклон вправо (влево), 2-4- и.п. 7.И.п. стоя, руки на поясе: 1-3- наклон вперед, касаемся носков ног, 4- и.п. Молодцы! Ну, что же мышцы разогрели, организм подготовили. Вы отправиться в путешествие на остров?</p>	<p>Организует построение из одной колонны в колонну по четыре; Закрепляет знания по двигательным действиям и исходным положениям.</p>	<p>Показывают нужные положения и выполняют комплекс упражнений, соблюдая правила. Повторяют за педагогом и запоминают.</p> <p>ОРУ способствуют развитию мышечной системы, всесторонне воздействуя на организм ребенка.</p>	<p>Умение организовывать коллективную совместную деятельность. Умение самоопределиться с заданием и принять решение по его выполнению. Умение технически правильно выполнять двигательное действие.</p> <p>Умение активно включаться в коллективную деятельность. Умение выявлять ошибки при выполнении комплекса упражнений. Умение организовать собственную деятельность.</p>
<p>3 Основной этап (25мин)</p>	<p>Перестроение в три колонны Ребята сейчас мы находимся на острове «Олимп», местные жители предлагают нам присоединиться к ним и выполнить упражнения «Координационная лестница»: 1. Прыжки на правой и левой ноге 2.Бег с перемещением в право и в лево 3. Разноименные прыжки 4. Одноименные прыжки</p>	<p>Организует построение из одной колонны в колонну по три, Объяснение и показ правильности выполнения упражнения, «техника</p>	<p>Повторяют за педагогом и запоминают. Выполняют упражнения, соблюдая правила техники безопасности, исправляют</p>	<p>Развивает и тренирует как большие, так и малые мышцы, и близко лежащие к костному аппарату, которые образуют каркас опорно - двигательного аппарата.</p> <p>Улучшает владение телом, увеличить скоростно-</p>

	<p>5. Ходка в упоре лежа в право и в лево 6. Многоскоки</p> <p>Ребята Вы большие молодцы! Выполнили все упражнения на координационной лестницы. Местные жители очень рады и предлагаю приступить к спортивному ориентированию. У них много на острове лабиринтов.</p> <p>Ребята сейчас я вам расскажу об основных принципов ориентирование, и как правильно читать и держать карту и ориентировать на местности.</p> <p>Перед вами карта спортивного зала на ней нанесена дистанция в виде скамеек, где расположены контрольные пункты. Каждый контрольный пункт имеет свой номер и порядок взятия, ориентируя карту на местности, вы отмечаете контрольные пункты в нужном порядке, всего на карте 5 контрольных пунктов.</p> <p>Всем все понятно, если вопросы? Бежим, соблюдая дистанцию, лабиринт наш не простой надо быть очень внимательными и не заблудиться.</p> <p>После взятие всех контрольных пунктов возвращаемся к контрольному столу сверяем карту с эталонам, делаем работу над ошибками.</p> <p>Мы все молодцы! Мы все прошли лабиринт!</p>	<p>безопасности при выполнении упражнения» и исправление ошибок.</p> <p>Выдача карт. Инструктаж «Правила чтения карты», «Техника безопасности при прохождении дистанции» Повторить технику безопасности, объяснить технику ориентирования, приемов и действий, добиться их самостоятельному освоению, выявить и устранить типичные ошибки. Моделировать технику ориентирования.</p>	<p>ошибки.</p> <p>Каждому занимающемуся дается карта, где изображена дистанция, по сигналу участники проходят дистанцию, участники должны совершить определенное количество отметок на карте.</p>	<p>силовые качества.</p> <p>Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов ориентирования.</p> <p>Ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Уметь адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению ошибок.</p>
--	--	--	---	---

	<p>Как бы нам не была сложно но мы справились.</p> <p>Перестроение в две колонны. Теперь жители острова «Олимпа» хотят, чтобы мы поиграли с ними в игру «Камень, ножницы, бумага».</p> <p>Необходима соблюдать правила игры: Участники игры делятся на две команды, (на полу лежат обручи полукругом) из каждой команды по одному участнику двигаются на встречу к друг другу, перепрыгивая из обруча в обруч, при встрече играют в «суефа» (показывая жестами камень, ножницы, бумага») выигравший продолжает движение дальше, проигравший возвращается в конец строя своей команды. Следующий участник проигравшей команды сразу начинает движение на встречу. Суть игры: Выигрывает та команда, которая первая пройдет на сторону соперника. Перестроение в одну колонну, а затем в шеренгу по одному.</p>	<p>Организует построение из одной колонны в колонну по две, Объяснение правила игры технику безопасности во время игры.</p>	<p>Обучающиеся соблюдать правила игры, технику безопасности.</p>	<p>Развивать умение выразить свою мысль.</p> <p>Развивать:</p> <p>- скоростные силовые качества, координацию движения, внимательность, учит коллективизму, товариществу и взаимопониманию, интеллектуальный вид деятельности.</p> <p>Уметь адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению ошибок.</p>
<p>4. Заключительный этап (5 мин)</p>	<p>Наше путешествие на острове «Олимп» подошло к концу, мы справились со всеми задачами и выполнили все задания. Какую же тему мы сегодня проходили на уроке? Вы развиваете физические качества, как вы думаете какие? Развивая физические качества, вы сохраняете здоровье или нет? Оцените свою работу на уроке</p>	<p>Отмечает отличившихся ребят. Контролирует, как обучающиеся справились с физическими нагрузками.</p>	<p>Самооценка результатов выполнения Учатся правильно оценивать свое самочувствие.</p>	<p>Применять полученные знания в организации проведения досуга и режима дня.</p>

	<p>современными движениями. У кого все получилось, прыгаем на месте и поднимаем руки верх в право сторону. Кому было трудно, но я справился, прыгаем на месте и поднимаем руки верх в левую сторону. А у кого нечего не получилось, не поднимает руку.</p> <p>Спасибо за внимание!</p>			
--	--	--	--	--