

ПЛАН – КОНСПЕКТ
открытого урока по физической культуре
в 3 классе.

Раздел:	Подвижные игры	
Ф.И.О. педагога	Голованов Евгений Валерьевич	
Дата:	19.02.2021	
Класс:	3А	Количество присутствующих -
Тема урока:	Подвижные игры на развитие выносливости	
Место и роль урока в изучаемой теме	закрепления и совершенствования навыков	
Тип урока	комбинированный	
Оборудование и инвентарь	гимнастические скамейки, свисток, презентация, проектор, ноутбук, таблица результатов	
Цели обучения в соответствии с учебной программой	создание устойчивой мотивации на освоение подвижных игр на развитие выносливости	
Задачи урока	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение комплексу упражнений на сохранения правильной осанки. 2. Развитие гибкости, выносливости посредством подвижных игр и эстафет. 3. Воспитание дисциплинированности, чувства товарищества, взаимовыручки. 	
Формируемые УУД	Предметные: <ol style="list-style-type: none"> 1. Организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, в паре и спортивной игре. 2. Развить гибкость, выносливость 	
	Метапредметные: Регулятивные: <ol style="list-style-type: none"> 1. Понимать и принимать учебные задачи, контролировать и выполнять действие по заданному образцу. 2. Определять наиболее эффективные способы достижения результата. 3. Адекватно самостоятельно оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и вносить необходимые коррективы по ходу реализации. 4. Договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Коммуникативные: <ol style="list-style-type: none"> 1. Слушать и понимать речь других, участвовать в диалоге, высказывать свою точку зрения на события. 2. Уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь. 3. Проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов 	

сторон и сотрудничества.

4. Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Личностные:

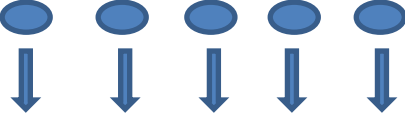
1. Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения.

2. Принятие и освоение социальной роли обучающегося.

3. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой

4. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

Ход урока

Этап	Действия педагога	Содержание учебного материала	Действия ученика	Ресурсы
<p>Организационный момент 2 мин</p> <p>Разминка 8 мин</p>	<p>Обратить внимание на наличие и опрятность спортивной формы, осанку в строю. Сообщение задач урока.</p> <p>Руки на пояс, ноги прямые, плечи опущены, подбородок приподнят. Руки за спиной в замок, туловище держать прямо. Руки на пояс, ноги в коленях не сгибать. Под ноги не смотреть, стопу поставить на ребро внутренней части. Руки на пояс.</p> <p>Руки на пояс, спина прямая. Плечи опущены, руки на пояс. Руки в стороны, вверх, в сторону, опустили. Выполнять под счет.</p> <p>Выполнять под счет. Темп средний. Спина прямая.</p> <p>Выполнять под счет.</p> <p>Вытянуть шею как гуси. Руки тянуть назад как можно дальше.</p> <p>Выполнять под счет. Ноги не сгибать, Голова прямо, спина хорошо прогнута.</p>	<p>Построение в шеренгу.</p>  <p>Строевые упражнения. Повороты на месте Напра-во! Нале-во! Кру-гом!</p> <p>Комплекс на сохранение правильной осанки. Ходьба: - на носках - на пятках - на внешней стороне стопы - на внутренней стороне стопы - носки стопы направлены во внутрь - носки стопы направлены наружу - перекатом с пятки на носок</p> <p>Ходьба</p> <p>Комплекс ОРУ.</p> <p>И.п.- основная стойка, 1-поворот головы вправо, руки к плечам 2 – вернуться в исходное положение. 3 – поворот головы влево, руки к плечам. 4 - вернуться в исходное положение.</p> <p>И.п.- основная стойка, 1-голова вперед, руки назад. 2 – вернуться в исходное положение.</p>	<p>Построение в шеренгу</p> <p>Повторение за учителем комплекса упражнений</p>	<p>Музыкальное сопровождение</p>

	<p>Выполнять под счет.</p> <p>Спина прямая, подбородок приподнят.</p> <p>Ноги прямые, не сгибать. Пятки от пола не отрывать, прямые руки.</p> <p>Выполнять под счет. Держим равновесие, спина прямая выпад глубокий.</p> <p>Спина прямая, руки на поясе. Ноги прямые, с мах амплитудой. Колени выше, спина прямая.</p>	<p>3 – втянуть голову в плечи, руки на пояс. 4 – вернуться в исходное положение.</p> <p>И.п.- стойка ноги врозь, 1-наклон вперед, прогнуться, смотреть прямо, 2-3 – пружинистые наклоны, руки в стороны. 4-5- наклон вперед, прогнуться, смотреть прямо, наклон назад 6-7 - пружинистые наклоны, руки в стороны. 8 - наклон назад</p> <p>Комплекс ОРУ на месте для развития гибкости:</p> <p>И.п.- руки на поясе, ноги слегка расставлены. 1- Наклон туловища вправо. 2- И.п. 3- Тоже влево. 4-И.п.</p> <p>И. п.— стойка ноги врозь, наклон вперед, руки в стороны. 1-8- «мельница».</p> <p>И. п.— стойка ноги вместе, руки на поясе. 1-4-Выпад правой вперед. 5-8- Тоже левой.</p> <p>Бег (специальные беговые упражнения): - два приставных шага правым боком, два- левым. - с выбрасыванием прямых ног вперед. - с высоким подниманием бедра.</p>		
<p>Основная часть 25 мин</p>	<p>«В колонну по два МАРШ!» По сигналу учителя первые игроки бегут до</p>	<p>Перестроение в колонну по два. Математическая эстафета.</p>	<p>По сигналу учителя первые игроки бегут до</p>	<p>Ноутбук, проектор,</p>

	<p>скамеек. Проползая по скамейке на животе, ученики добегают до матов на которых лежат листок с номером, на экране появляется вопрос под данным номером, отвечают и бегом возвращаются в команду, передают эстафету и становятся в конец колонны. Выигрывает команда, которая выполнит задание правильно и быстрее всех.</p> <p>Напротив, каждой команды находятся карточки с картинками, на которых изображена деятельность ученика в течении дня. По сигналу учителя участники команд вместе бегут до карточек. Каждый участник команды берет одну из карточек, команда возвращается на линию старта, и ее задача построиться в колонну так, чтобы порядок режима дня был последователен. Выигрывает команда, которая выполнит задание правильно и быстрее всех.</p> <p><u>Правила игры:</u> 1. "Медвежонок" не может выскользывать из-под рук окружившей его пары, пока не осалил "медведь". 2. При ловле запрещается хватать играющих за одежду, а убегающим выбегать за границы площадки.</p>	<p>Эстафета «Режим дня».</p> <p>Игра «Белые медведи». <u>Подготовка.</u> Площадка представляет собой море. В стороне очерчивается небольшое место - льдина. На ней стоит водящий - "белый медведь". Остальные "медвежата" произвольно размещаются по всей площадке. Учитель выбирает любого ученика, и он становится «Медведем». "Медведь" рычит: "Выхожу на ловлю!" - и устремляется ловить "медвежат". Сначала он ловит одного "медвежонка" (отводит на льдину), затем другого.</p>	<p>скамеек. Проползая по скамейке на животе, ученики добегают до матов на которых лежат листок с номером, на экране появляется вопрос под данным номером, отвечают и бегом возвращаются в команду, передают эстафету и становятся в конец колонны.</p> <p>Участники команд вместе бегут до карточек. Каждый участник команды берет одну из карточек, команда возвращается на линию старта, и ее задача построиться в колонну так, чтобы порядок режима дня был последователен.</p>	<p>экран, презентация</p> <p>Музыкальное сопровождение</p>
--	---	---	--	--

		<p>После этого два пойманных "медвежонка" берутся за руки и начинают ловить остальных играющих. "Медведь" отходит на льдину. Настигнув кого-нибудь, два "медвежонка" соединяют свободные руки так, чтобы пойманный очутился между руками, и кричат: "Медведь, на помощь!" "Медведь" подбегает, осаливает пойманного и отводит на льдину. Следующие двое пойманных также берутся за руки и ловят "медвежат". Игра продолжается до тех пор, пока не будут переловлены все "медвежата". Последний пойманный становится "белым медведем". Побеждает последний пойманный игрок.</p>		
<p>Рефлексия 5 мин</p>	<p>Дети становятся в одну колонну. Закрывают глаза и слушают только голос учителя. Учитель командует «влево», и тогда ученики делают приставной шаг влево, или «вправо» - приставной шаг вправо. В конце игры ребята открывают глаза и смотрят кто - где оказался. Выявляются самые внимательные ученики.</p> <p>Подвести итог урока, поблагодарить ребят, выделить команду победителя в эстафетах и объявить об окончании урока.</p>	<p>Построение в одну колонну.</p> <p>Игра на внимание.</p> <p>Подведение итогов.</p> <p>Организованный выход из зала.</p>	<p>Дети становятся в одну колонну. Закрывают глаза и слушают только голос учителя, выполняют команды. В конце игры ребята открывают глаза и смотрят кто - где оказался</p>	