

Конспект урока по физической культуре в 3 классе

Учитель Тепляшина Л.В.

Тема: «Подвижные игры»

Цель урока: Развитие интереса у детей к физической культуре на основе подвижных игр сохранять и укреплять здоровье

Планируемые результаты:

Предметные:

- Соблюдать правила техники безопасности
- обучить детей коллективной игре, умение видеть и понимать партнёров и соперников

Личностные:

- Управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях

Тип урока: комбинированный

Оборудование и инвентарь: свисток, скакалка

Ход урока

№ п/п	Содержание	Дозировка	ОМУ	Формируемые УУД
Подготовительная часть (15 мин)				
1	Построение, сообщение темы урока	2 мин	«Становись!» «Равняйся!» «Смирно!» Здравствуйтесь! (Здраст!) Согласится со мной детвора, В детстве главное дело - ... (игра) «По порядку - рассчитайся!» «Напра - во!» «В обход налево шагом, марш!»	Формулирование цели и задачи урока
2	Ходьба: - на носках - на пятках - на внешней стороне стопы	0.5 круга 0.5 круга 0.5 круга	«Руки вверх на носках!», спина прямая «Руки за спину на пятках!», спина прямая, смотрим в затылок впереди идущего. «Руки в стороны на внешней стороне стопы!»	РУУД: Планирование своих действий на уроке; Способность к волевому усилию. ПУУД: Выделение

	- на внутренней стороне стопы	0.5 круга	«Руки к плечам, локти в стороны, на внутренней стороне стопы»	необходимой информации; Анализ своих действий.
3	Бег Бег с высоким подниманием бедра Бег с захлестыванием голени назад Приставной шаг левым боком Приставной шаг правым боком	3 круга 1 круг 1 круг 0.5 круга 0.5 круга	Следим за дыханием Колени подниманием высоко, руки на поясе Пятки выше, касаемся мышц ягодиц темп высокий, руки за голову, локти в стороны. Спина прямая, взгляд направлен вперед Руки на поясе, спина прямая, голову держим ровно. Левым (правым) боком приставными шагами, марш! Отскок выше.	КУУД: Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом.
4	Восстановление дыхания Перестроение	0.5 круг 1 мин	«Переходим на шаг, восстанавливаем дыхание!», руки вверх, опускаем через стороны с резким выдохом «Направляющий на месте, шагом марш! Раз, два, три, четыре...!» «На месте стой, раз, два!» «Нале - во! Раз, два» «На 1-2-3 рассчитайсь!» «1 номера 6 шагов вперед!» «2 номера 3 шага вперед!» «3 номера на месте!» «По заданию шагом марш!»	
5 5.1	ОРУ на месте: Полукруг головой И.п. - стойка ноги врозь, руки на пояс 1-2-вращение от правого плеча к левому 3-4-от левого к правому	6-8 раз	«И.п. принять, упражнение справа налево начи - най!» «Голову назад не закидываем!» «Максимальная амплитуда движения!»	КУУД: Продуктивное взаимодействия между педагогом и обучающимися. РУУД: Соотнесение

5.2	Круг плечами И.п. - стойка ноги врозь, руки к плечам 1- 4-круговые движения вперёд 1 - 4- назад	6-8 раз	«И.п. принять, упражнение вперёд начи - най!», «Движения плавные!» «Амплитуда большая!» «Взгляд вперед!»	известного и неизвестного; Способность к волевому усилию. ПУУД: Выделение необходимой информации; Структурирование упражнений; Классификация упражнений.
5.3	Круг предплечьем И.п. - узкая стойка, руки в стороны 1-4 - круговые движения во внутрь 1-4 - наружу	6-8 раз	«И.п. принять, упражнение во внутрь начи - най!» «Амплитуда большая!» «Ладони собраны в кулак!» «Взгляд вперед!»	
5.4	Махи руками И.п. - стойка ноги врозь, правая рука вверх, левая вниз 1-2-Рывки руками 3-4-смена рук	6-8 раз	«И.п. принять, упражнение с правой руки начи - най!» «Локти прямые!» «Амплитуда движений максимальная!» «Взгляд вперед!»	
5.5	Наклоны И.п.- широкая стойка, руки на пояс 1-наклон вправо 2-и.п. 3-наклон влево 4-и.п.	6-8 раз	«И.п. принять, упражнение вправо начи - най!», «Спина прямая!», «Руки прямые!» «Стопы стоят на полу параллельно друг другу!»	
5.6	Наклоны И.п. - широкая стойка, руки внизу 1- наклон к правой ноге 2- к середине 3- к левой ноге 4-и.п.	6-8 раз	«И.п. принять, упражнение к правой начи - най!», «Колени прямые!» «Стараться руками дотянуться до пола!» «Максимальная амплитуда движения вниз!»	
5.7	Выпады вперёд И.п. - стойка ноги врозь, руки вперёд		«И.п. принять, упражнение с правой ноги начи - най!», «Выпад глубже 3,4!»	

	1-выпад правой ногой, руки в замок на колени 2-и.п. 3-выпад левой ногой, руки в замок на колени 4-и.п.	6-8 раз	«Колено сзади стоящей ноги прямое!» «Руки прямые!» «Взгляд вперед!»	
5.8	Выпады в стороны И.п.- стойка ноги врозь, руки за голову 1-выпад вправо, руки перед грудью в замок 2-и.п. 3-выпад влево, руки перед грудью в замок 4-и.п.	6-8 раз	«И.п. принять, упражнение вправо начи - най!», «Выпад глубже!» «Нога прямая!» «Удерживаем равновесие!»	
5.9	Круг стопой И.п.: стойка ноги врозь, руки на пояс 1,2- Круг правой стопой в правую сторону 3,4- Круг правой стопой в левую сторону То же левой стопой	6-8 раз	«И.п. принять, упражнение с правой ноги начи - най!», «Движения плавные!» «Колено слегка согнуто!» «Максимальная амплитуда движений!»	
5.10	Прыжки на месте И.п. - о.с. 1-прыжок, ноги врозь, руки в стороны 2-и.п. 3-4 – то же самое	10 раз	«И.п, принять, упражнение начи - най!» «Руки прямые!» «Колени прямые!» «Движения пружинистые!»	
6	Перестроение	1 мин	«Кру – ГОм!» «На свои места шагом, марш!» «Кру - гом!»	
Основная часть (20 мин)				
7	Игра: «Пустое место»	7 мин	Участники образуют круг, а водящий располагается за кругом. Дотрагиваясь до плеча одного из игроков, он тем самым вызывает его на соревнования. После этого водящий и тот участник,	ЛУУД: Умение использовать знания, полученные на уроках в повседневной жизни

			<p>которого он выбрал, бегут вдоль круга в противоположных направлениях. Тот из них, кто первым займет пустое место, оставленное выбранным игроком, остается в кругу. Оставшийся без места становится водящим.</p>	<p>РУУД: Планирование своих действий во внезапно сложившихся условиях; Оценка выполненных действий; Способность к волевому усилию</p>
8	Игра «День и ночь»	7 мин	<p>Все участники делятся на две команды. Одна команда «день», другая — «ночь». Посередине зала чертится линия или кладется шнур. На расстоянии двух шагов от проведенной линии, спиной друг к другу стоят команды. По команде ведущего, например, «День!» команда с соответствующим названием начинает догонять. Дети из команды «ночь» должны успеть убежать за условную черту, пока их не успели запятнать соперники. Побеждает та команда, которая успеет запятнать большее количество игроков из противоположной команды.</p>	<p>ПУУД: Выделение необходимой информации; Выбор эффективных способов решения поставленных задач; Сравнение выполненных действий; Действия во внезапно сложившейся ситуации.</p>
9	Игра «Рыбаки и рыбки»	6 мин	<p>Перед началом игры выбирается водящий. Все ребята становятся в круг, а водящий в центр круга со скакалкой в руках. Он начинает вращать скакалку так, чтобы та скользила по полу, делая круг за кругом под ногами играющих. Игроки подпрыгивают, стараясь, чтобы она не задела кого-либо из них. Пойманным игрок считается в том случае, если скакалка коснулась его не выше голеностопа. Игроки не должны приближаться к водящему во время</p>	<p>КУУД: Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом; Разрешение конфликтов.</p>

			прыжков. Тот, кто заденет скакалку, становится в середину и начинает вращать веревку, а бывший водящий занимает его место.	
Заключительная часть (5 мин)				
10	Игра на внимание: «Кто ушел?»	3 мин	Класс выстраивается в одну шеренгу. Выбирается один водящий. Он становится перед классом, внимательно смотрит и старается запомнить всех стоящих. Затем закрывает глаза. В это время учитель указывает нескольким игрокам, которые должны встать позади водящего. Водящий открывает глаза и называет игроков, которые отсутствуют.	<p>ПУУД: Выделение необходимой информации; Анализ своих действий; Рефлексия.</p> <p>КУУД: Постановка вопросов; Разрешение конфликтов</p> <p>РУУД: Оценка выполненных действий на уроке</p>
11	Построение, подведение итогов, выявление лучших игроков. Организованный выход из зала	2 мин	«Стано - вись!» «Рав - няйсь!» «Смир - но!»	