Конспект урока по физической культуре для 5 класса (по ФГОС )

Учитель Казаченко Е.И.

Раздел: Гимнастика.

Тема: Акробатика.

Цель урока: сформировать у обучающихся знания и навыки в гимнастике.

Задачи:

1. Совершенствование техники кувырка вперед и назад.
2. Совершенствование техники стойки на лопатках ( с помощью и без рук).
3. Совершенствование комплекса акробатических упражнений.
4. Игра на быстроту и внимание .

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап образовательного процесса | Деятельность учителя | Универсальная учебная деятельность учащихся | | | |
| Личностная | Регулятивная | Познавательная | Коммуникативная |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Подготовительный (8мин).  1.Построение, рапорт, приветствие.  2. Сообщение задач урока.  3. Опрос по пройденным темам.  4. Организационный момент (перестроение 4-2-на месте).  5. Разминка: ходьба на носках, руки верх; руки в стороны, в приседе. Ходьба на пятках, руки за голову. Спортивная ходьба. Бег левым боком, правым боком, спиной вперёд. Бег по прямой с высоким подниманием бедра, со взмахом прямых ног в стороны.  ОРУ на месте:  а) И.П.- О.С.  1. руки на плечи  2. руки верх, встать на носки  3. руки на плечи  4. И.П. (повторять 4-5 р.)  б) И.П.- руки на пояс.  1. наклон туловища влево  2. и.п.  3. наклон туловища вправо  4. и.п.  в) И.П.- ноги на ширине плеч  1. наклон вниз к левой ноге  2. наклон к середине  3. наклон к правой ноге  4. и.п.  г) И.П.- О.С.  1. руки верх  2. наклон вниз  3. присед руки вперёд  4. и.п.  д) И.П.- присед на правую, руки вперёд  1-2. перенос вес тела на левую ногу  3-4 и.п.  е) И.П.- выпад правой в перёд  Основная часть урока ( 28 мин).   1. Совершенствование техники кувырка вперёд и назад.   а) Показ учителя.  б) Объяснение:  -принять правильное исходное положение , упор присед, руки спереди , голову наклонить между коленями.  - резким накатом выполнить кувырок вперёд и сгруппироваться.  в) выполнение упражнение учащимися.  Кувырок назад выполняется также только назад.   1. Совершенствование техники стойки на лопатках (с помощью рук и без).   а) Показ учителя.  б) Объяснение:  Лёжа спиной на мате, поднять ноги вверх, руками упираться за поясницу ( это с помощью рук, а без рук, руки кладём на маты)  в) Выполнение упражнение учащимися.   1. Совершенствование комплекса акробатических упражнений   а) Показ учителя.  б) Объяснение:  1. Выход на ковёр и представиться.  2. Стойка на одной ноге.  3. Короткий кувырок.  4. Длинный кувырок.  5. Стойка на лопатках и группировка.  6. Мост с положения лёжа.  7. Прыжок с поворотом на 360 градусов.  8. Прыжок прогнувшись.   1. Игра на внимание и быстроту .   Разделить класс на две колонны и построить с одной стороны зала.  Рассчитать их по порядку, каждый должен запомнить свой номер. По команде учителя выбегают номера и бегут до фишки и обратно. Каждый победитель приносит команде одно очко.  Заключительная часть урока.   1. Подведение итогов урока. 2. Выявить отличившихся. 3. Выставить оценки. | Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок.            Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.            Следить за техникой выполнения.  Колени не сгибать.  Колени не сгибать, руками доставать пол.  Выподы делать шире.  Построить обучающихся вдоль маты.  Объяснить технику выполняемых упражнений, добиться их самостоятельному освоению, выявить и устранить типичные ошибки.  Объяснить технику изучаемых упражнений, добиться их самостоятельному освоению, выявить и устранить типичные ошибки.  Объяснить правила игры.  Восстановить дыхание после игры.  Проверить степень усвоения обучающимися УЗ.  Ставим УЗ на дом. | Умение длительно сохранять красивую (правильную) осанку при разнообразных формах движения и передвижений.  Проявление  дисциплинированности,  трудолюбия, упорства  в достижении целей.  Описывать технику изучаемых приёмов и действий, повторять и осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.  Применять правила подбора одежды для занятия спортом.  Описать технику изучаемых упражнений и действий , повторять и осваивать их самостоятельно.  Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия для комплексного развития физических способностей.  Определять собственные ощущения  при освоении учебной задачи на уроке.  Осознать надобность ДЗ. | Прогнозирование –  предвидеть уровень  усвоения знаний, его временных характеристик.  Определить  последовательность  и приоритет разминки мышечных  групп.  Целепологание -формулировать и удерживать учебную задачу: планирование – применять установленные правила в планировании способа решения.  Коррекция- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта сделанных ошибок.  Коррекция- адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению ошибок.  Целеполагание – преобразовать  познавательную задачу в практическую.  Определить смысл поставленной на уроке УЗ. | Общеучебные – ориентироваться в разнообразии способов решения задач.  Общеучебные-  использовать  общие приёмы  решения задач.  Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов акробатики.  Общеучебные- ориентироваться в разнообразии способов решении задач.  Общеучебные-  ориентироваться  в разнообразии способов решении задач.  Формировать умения и выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ. | Обсудить ход  предстоящей разминки  Планирование учебного сотрудничества – слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь.  Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки как со сверстниками , так и с учителем  Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий.  Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения работы одноклассников с элементами акробатики.  Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий.  Обеспечивать социальную компетентность и учёт позиции других людей. |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |