

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ровеньская средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением
отдельных предметов» Белгородской области.

План – конспект урока
по учебному предмету «Физическая культура»
в 1А классе
по теме «Стихотворное сопровождение на уроках»
Подвижные игры «Кто быстрее схватит» ,
«Совушка»

Наименование УМК:
В.И.Лях «Физическая культура» 1-4классы
Даньков Павел Николаевич
учитель физической культуры
«Заслуженный учитель Российской Федерации.»
Высшее, 46 лет, 1 квалификационная категория

Тема: подвижные игры

1А класс

Урок № 19

12.12.2021г

Задачи урока: Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» , «Совушка»

Цели: разучить разминку со стихотворным сопровождением; провести подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»

Формируемые УУД: предметные: иметь представление об уроках со стихотворным сопровождением, выполнять разминку со стихотворным сопровождением, играть в подвижные игры «Кто быстрее», «Совушка»; метапредметные: принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Инвентарь: секундомер, свисток, обруч, 3-6 небольших мешочков.

Ход урока

1.Вводная часть -10 мин.

1.Построение в одну шеренгу, Организационные команды.

- Сегодня мы попробуем использовать и в разминке , и в игре стихотворное сопровождение. Посмотрим, как вы сумеете справиться с заданиями, одновременно слушая или произнося стишок и выполняя различные действия.

Звучит команда « Направо», «Налево в обход шагом марш», «Бегом марш»
Выполняется бег (1мин.)

- Ваша задача: по свистку бежать спиной вперед, по второму свистку- лицом вперед.

(За минуту 2-3 раза пробежать спиной вперед по 10-15с.)

После бега перейти на шаг и провести дыхательные упражнения.

- Вдох- подняться на носки, потянуться; выдох- полунаклон вперед.

Класс останавливается на длинной стороне зала.

Звучат команды «На первый-второй рассчитайсь», «Вторые номера три шага вперед, первые на месте», «На руки в стороны разомкнись».

2.Разминка со стихотворным сопровождением.

(Все движения выполнять по тексту. Повторить каждое упражнение 2-4 раза).

Ручки.

Руки в стороны, в кулачок.

Разжимай и на бочок.

Рубка дров.

(Стойка ноги врозь, руки в замок,
Рубящие удары руками.)
Надо утром печь топить,
Чтоб обед нам всем сварить.
Дров я быстро наколю,
Очень я обед люблю.

Мельница

(Широкая стойка ноги врозь с полунаклоном вперед руки в стороны.
Выполнять повороты туловища направо и налево, стараясь делать так, чтобы
при повороте налево правая рука касалась левой ноги, а при повороте
направо левая рука касалась правой ноги.)

Быстро вертится крыло,
Мелит мельница зерно,
А из молотой муки
Испекут нам пироги.

Змея

(И.п.- основная стойка.)
Вот змея, она пугает
(правая рука вверх, кисть согнута(это голова змеи смотрит вперед), затем
левая рука вверх, кисть согнута.)
И к себе не подпускает,
(Кисти поворачиваются пальцами друг к другу, (змеи смотрят друг на
друга).)
Раскрывает капюшон
(Руки медленно через стороны опускаются в исходное положение.)
И ребятам шлет поклон.
Пружинистые наклоны вперед.)

Наклоны

(И.п.- основная стойка, руки на пояс.
Пружинистые наклоны под ритм стихотворения.)
Наклон вперед.
Наклон назад,
Вправо, влево
И назад,
Опять вперед
И вправо, влево.
(4 пружинистых наклона назад завершают упражнение.)

Прыжки

(И.п. – основная стойка.)
Кенгуру так быстро скачет,
(Подскоки на месте на двух ногах.)
Словно мой любимый мячик.
(Прыжки с поворотом на 90*.)

Вправо-влево, поворот,
(Прыжок вправо, потом влево – вернуться в исходное положение, прыжок на 360* (если прыжок выполнить трудно, то дети делают поворот на 360* без прыжка).)

Прыжок назад, потом вперед.

(Прыжок назад, вперед – вернуться в исходное положение.)

Перейти на ходьбу на месте. Перестроиться в одну шеренгу. Пройти к скамейкам и сесть.

11. Основная часть – 30 мин.

1.Игра «Кто быстрее схватит мяч»

Учитель объясняет правила игры.

-В большой обруч, лежащий на полу, кладут 4 – 6 мешочков. Ученики встают вокруг обруча. Если детей много, можно или круг сделать побольше, а заодно и предметов прибавить, или сделать 2-3 круга.

Игра начинается со слов:

Мы идем, идем, идем,
Мы грибы сейчас найдем
Под листочком, под травинкой,
На пенечке, под осинкой.

Дети идут вокруг обруча, делая шаги точно в такт произнесения слов, останавливаются и, стоя спиной к обручу, под текст выполняют хлопки в ладоши.

Вот и гриб! Не зевай
И быстрее его хватай.

Последний слог является командой к действию, дети должны повернуться и схватить гриб(мешочек). Кто схватил, тот и победитель. Считаем, кто сколько очков наберет. Игроки, которые начинают поворачиваться до окончания слов, выбывают из игры, или их результат не засчитывается. (Игра повторяется 3-4 раза.)

2.Игра «Совушка»

Когда до конца урока остается 10 -15 мин, разучиваем игру «Совушка». Здесь стихотворное сопровождение играет роль паузы между тем, когда сова вылетает ловить мышей. Сначала надо разучить стишок, а затем уже во время игры пусть ученики не только разбегаются по игровой площадке и придумывают себе позы, в которых замирают, но и произносят вместе с учителем слова стихотворного сопровождения.

111. Заключительная часть – 5 мин.

(Игру заканчивают за 5 минуты до конца урока. «Совушка» - игра малой подвижности, поэтому после нее дыхательные упражнения проводить необязательно. Учитель подводит итоги игры и урока. Можно попробовать еще раз повторить стишки из первой и второй игры.

Рефлексия.

Домашнее задание.

Повторить правила игр.