

Конспект урока по физической культуре для 1 класса

Раздел: Легкая атлетика

Тема: Бросок малого мяча в горизонтальную цель.

Цель: Совершенствование метания малого мяча в горизонтальную цель.

Образовательные задачи (предметные результаты):

1. Закрепить технику ловли малого мяча

Развивающие задачи (метапредметные результаты):

1. Формировать у учеников навыки выполнения строевых упражнений (коммуникативное УУД).
2. Познакомить учеников с новой подвижной игрой (познавательное УУД).
3. Развивать координацию движений, мелкую моторику, общую выносливость (регулятивное УУД)

Воспитательные задачи (личностные результаты):

1. Формировать умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.
2. Стимулировать интерес к занятиям физической культурой.

На уроке применялись образовательные технологии:

1. Здоровьесберегающие;
2. Обучение в сотрудничестве (групповая работа)
3. Игровые
4. Коллективная система обучения (КСО)
5. Развивающее обучение

Место проведения: спортивный зал

Время урока: 45 минут

Инвентарь и оборудование: Малые мячи, волейбольные мячи, свисток.

Учитель физической культуры: Кукушкина Виорика Георгиевна

Части урока	Частные задачи	Содержание урока	Дозир	Дея-ть учителя	Дея-ть учащихся
Подготовка	1.Организовать внимание учащихся на проведение урока.	Организованный вход в спортзал. Построение в одну шеренгу. Приветствие учащихся. Ребята сейчас я вам загадаю загадку, а вы мне отгадку	3мин	Проверяет готовность обучающихся к уроку, создает эмоциональный настрой на повторение прошлого материала на уроке.	Организованный вход в спортзал. Построение. Сдача рапорта.
	2.Создает эмоциональную, психологическую и мотивационную подготовку учащихся к уроку.	Он стрелой летит порой Может просто прыгать вскачь, Связан с каждой игрой Мой веселый круглый...(мяч) А что можно делать с мячом?(бросать, метать, пинать, ловить, передавать) Ребята, а что мы делали на прошлом уроке? Сегодня на уроке, мы с вами продолжаем эту тему. Значит тема сегодняшнего урока? (метания мяча в горизон.цель) Строевые упражнения: Направо! Кругом! Налево! Кругом! Ребята, а что мы сейчас с вами повторили? (строевые упражнения) Направо! В обход по залу шагом марш! Руки вперед, руки опустили! Дистанцию соблюдаем!	2 мин	Задаёт наводящие вопросы, для определения темы урока.	Слушают, обсуждают тему урока
10ин	3.Подготовить мышцы стопы к работе.	Ходьба с заданием: -на носках, руки верх, в стороны -на пятках Легким бегом бегом марш! -приставные шаги правым, левом боком -бег змейкой -бег по кругу -переход на ходьбу		Повторение строевых упр.на уроке.	По команде учителя выполняют ходьбу по залу
	4. Содействовать укреплению С.С.С. и дыхательных мышц.	По залу разойтись, восстанавливаем дыхание, руки вверх, через сторону вниз, вдох(носом), выдох(ртом)	Дает задания учащимся Задаёт вопрос, как восстанавливаем дыханием.	Соблюдают дистанцию при ходьбе Выполняют упражнения по кругу под счет учителя. Слушают задания, и выполняют. Бег по заданному маршруту Отвечают на вопрос заданным учителем.	

	5.Организовать учащихся для дальнейшего проведения урока.	Комплекс ОРУ на месте: 1. И.П.– ноги на ширине плеч. Наклоны головы вперед, назад, вправо, влево; 1 - вперед 2 – назад 3 – вправо 4 – влево 2.И.П. – ноги на ширине плеч, руки вперед, сгибание разгибание пальцев рук. 1 – сгибание 2 –разгибание 3 – сгибание 4 – разгибание 3.И.П. –ноги на ширине плеч, руки в стороны, кисти зажаты в кулак 1-8 круговые движения кистями вперед 1-8 круговые движения кистями назад 4.И.П. – ноги на ширине плеч руки вверх в замок 1- правую ногу назад на носок, прогнуться в спине 2 – и.п. 3-левую ногу назад на носок, прогнуться в спине. 4-и.п. 5. И.П. – ноги на ширине плеч, руки к плечам, круговые движения плечами вперед. 1-8- вперед 1-8-назад 6.И.П. – ноги на ширине плеч, правая рука верху, лев внизу, отведение рук назад на 2 счета 1-2- отведение рук назад 3-4 смена положения рук. 7. И.П. – ноги на ширине плеч, руки на поясе, повороты туловища вправо, влево 1-поворот вправо 2 – И.п. 3- поворот влево 4- И.п 8.И.П. – широкая стойка, мельница 1-наклон туловища к левой ноге, коснуться пальцами носки кросовка 2. к правой 3-4 то же самое	5мин 4раза 4 раза 4 раза 4 раза 2 раза 4 раза 4 раза 4 раза	Проводит комплекс ОРУ на месте, мотивирует учащихся, контролирует выполняемые действия.	Слушают учителя. По команде учителя выполняют упражнения. Выполняют упражнения под счет.
	6. Подготовить мышцы к дальнейшей основной работе урока.				

		9.И.П.- ноги на ширине плеч, руки на поясе, приседание 1-присед, руки вперед 2- И.п. 3-присед, руки вперед 4.И.п. 10.И.П. –Прыжки ноги вместе, ноги врозь 1- ноги врозь, руки верх, хлопок над головой 2. – ноги вместе, руки вниз 3- ноги врозь, руки верх, хлопок над головой 4.- ноги вместе, руки вниз Направо, за направляющим в колонну по одному к скамейкам, шагом марш!	4 раза 4 раза		Перестроение в одну колонну
--	--	---	-----------------------------	--	------------------------------------

7.Подготовить учащихся для работы с мячом и повторение ТБ на уроке.

8.Закрепить технику броска и ловли мяча.

Ребята, чтобы не было травм у нас уроке, мы должны помнить правила техники безопасности при работе с мячом!

Так давайте же мы с вами вспомним, с какими правилами я познакомила вас на прошлом уроке?

А теперь ребята я ещё раз вам их повторю, а вы их про себя повторяете. Что значит про себя? (губки сомкнуты)

На первый, второй рассчитайсь!

Первая номера 5 шагов вперед, шагом марш! Кругом Разомкнулись на вытянутую длину рук друг от друга

Команда Максима поднимите руки, подходим ко мне и берем по одному волейбольному мячу.

Возвращаемся на свое рабочее место, работаем в парах.

И так ребята смотрим на меня.

1. Бросить мяч в пол двумя руками из-за головы и поймать.

2. Бросить мяч вверх, дать ему упасть на пол и после отскока поймать его.

3. Бросить мяч вверх, сделать два хлопка в ладоши, поймать мяч после отскока о пол.

4. Бросить мяч вверх, сделать хлопок перед собой, затем за спиной, поймать мяч после отскока о пол.

5. Подбросить мяч левой рукой, поймать левой рукой.

6. Бросить мяч правой рукой, поймать правой рукой.

3мин

10мин

Корректирует ответы учащихся

Выполняет показ упражнений.

Следит за ТБ, корректирует упражнения, исправляет ошибки.

Вспоминают ТБ на уроке с мячом.

Сохраняет дисциплину на уроке, соблюдает ТБ на уроке.

Вместе с учителем исправляет ошибки.

Берут инвентарь по команде учителя

	9.Повторение метания мяча в цель	Мячи оказались у команды Никиты, команда Никиты поднимите руки, подходим ко мне и убираем волейбольные мячи на место. Команда Максима и команда Никиты образует 2 круга. Смотрим на меня внимательно, те кто стоит ко мне спиной, повернулись лицом. Представим себе что у каждого в руках яблоко, яблоком нужно попасть в корзину. При этом мы не должны повредить кисть. Посмотрите, как правильно нужно бросать яблоко в корзину. Взяли яблоко в руки выполняем броски в корзину по очереди. Первый круг выполнили броски, затем нужно вам взять мячи из корзины и снова выполнить по 1-му броску в корзину. Работаем в группах, выполнить броски мяча по два раза. Каждый следит друг за другом, оценивает себя и друг друга.	7мин	Дает команды учащимся. Показывает как правильно нужно бросить яблоко в корзину.	Убирают инвентарь Повторяют показ учителя
	10.Способствовать развитию внимаю учащихся	Свисток, корзину убираем Команда Максима строиться в колонну к правому конусу, команда Никиты к левому конусу. Давайте сейчас вспомним технику выполнения метания мяча в горизонтальную цель. Каждому раздает по мячу. Теперь мы с вами отрабатываем технику выполнения метания мяча в горизонт.цель Техника выполнения метания мяча в горизонт.цель Метание мяча производится с 4 метра. И.П. – стоя на правой ноге, левая нога впереди, правая рука верх, кисть над плечом, левая рука перед грудью. Тяжесть тела на правой ноге, выполнить бросок мяча верх и вперед, при этом тяжесть тела переносится на левую ногу, а правая нога становится на носок.	8мин 3 раза	Убирает инвентарь Показ техники выполнения метания мяча в горизонт.цель Поясняет, что броски выполняются одной рукой. Дает три попытки дл выполнения броска мяча	Помогают убрать инвентарь учителю, и слушают команду учителя Повторяют технику выполнение метания мяча в горизонт.цель Слушают и смотрят на учителя. Выполняют три броска.

11. Закрепить навык метания мяча в цель.

12. Ознакомить учащихся с игрой

13. Обобщить полученные на уроке сведения
Организовать учащихся для подведения итогов урока.

Построение в одну шеренгу.
Подвижная игра: Вышибалы у стены
Я предлагаю ещё один вид метания мяча, но какой вы должны разобрать сами, в игре. Два ведущих - у каждого по мячу. Ведущие располагаются на средней линии площадки. Остальные игроки выстраиваются вдоль стены. Задача ведущих выбить всех игроков. Игроки имеют право передвигаться только вдоль стены, ведущие выбивать, не заходя в зону. Мяч бросать не выше колена, при этом всю силу применять не нужно.
Может ктонибудь догадался, о каком виде метания я говорю?
После первого выбитого вопрос повторяется. Наводящими вопросами необходимо подвести детей к ответу :«Метания мяча в движущиеся цели»

Построение в одну шеренгу.
Проводит беседу по вопросам:
1. Что сегодня проходили на уроке?
2. На что нужно обратить внимание при выполнении метания мяча?
3. Какими качествами должны мы обладать, чтобы достичь эту цель? (ловкость, меткость, внимание, координация движения)

Домашнее задание
Направо! В обход по залу шагом марш! Урок закончен До свиданье!
Организационный уход из зала.

5мин

2 раза

2мин

Убирает инвентарь

Повтор ТБ.(во время бега не толкаться)

Объясняет правила игры.
Формулирует задание; обеспечивает мотивацию выполнения задания, создает эмоциональный настрой.

Задает вопросы учащимся.

Отметить учеников, которые хорошо занимались на уроке.

Задает домашнее задание учащимся.

Повтор ТБ с мячом

Обмениваются мнениями, взаимодействуют со сверстниками в игре.

Участвуют в игре

Подводят итог урока вместе с учителем

Отвечают на вопросы, определяют свое эмоциональное состояние на уроке