

УРОК №3 (1 класс)

Ф. И. О. педагога: Жабина Наталья Анатольевна

Предмет: Физическая культура

Класс: 1

Базовый учебник: Лях, В. И. Физическая культура:1-4 кл. – М.: Просвещение, 2016

Тема урока: Броски и ловля мяча в парах. П/и «Эстафета зверей»

Информационно-технологические ресурсы:

Степанова О.А.: Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие. "Баласс", 2012

Школьникова Н.В., Тарасова М.В. Я иду на урок /Книга для учителя физической культуры 1- 6 классы. Издательство «Первое сентября», 2002 г.

Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя. - Москва, 2014г.

<http://www.k-yroky.ru/load/71-l-0-6958>

<http://www.it-n.ru/communities.aspx>

<http://fizkultura-na5.ru>

<http://obg-fizkultura.ru/>

Учительский портал <http://www.uchportal.ru/>

Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/>

Цели деятельности учителя	Формировать умения участвовать в командном действии; учить технике выполнения бросков мяча в паре на месте и продвижении; выучить подвижную игру « Эстафета зверей »
Тип урока	Решение частных задач
Планируемые образовательные результаты	<p><i>Предметные</i> (объем освоения и уровень владения компетенциями): <i>научатся</i>: в доступной форме объяснять технику выполнения бросков и ловли мяча в паре; анализировать и находить ошибки; эффективно их исправлять; <i>получат возможность научиться</i>: оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий; доброжелательно объяснять ошибки и способы их устранения.</p> <p><i>Метапредметные</i> (компоненты культурно-компетентного опыта/приобретенная компетентность): <i>познавательные</i> - оценивают свои достижения, отвечают на вопросы, соотносят изученные понятия с примерами; <i>коммуникативные</i> - овладеют умением вести диалог, вступать в речевое общение; <i>регулятивные</i> - овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять.</p> <p><i>Личностные</i>: принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях</p>
Методы и формы обучения	Объяснительно-иллюстративный; индивидуальная, фронтальная, работа в парах
Образовательные ресурсы	Мячи разного размера

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА УРОКА

Этапы урока	Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения	Деятельность учителя	Дозировка	Деятельность учащихся	Формы взаимодействия	Универсальные учебные действия	Виды контроля
1	2	3	4	5	6	7	8
I. Организационный момент	Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала	Проводит построение в одну шеренгу. Проверяет готовность учащихся к уроку, озвучивает тему и цель урока; создает эмоциональный настрой на изучение нового предмета	1 мин.	Выполняют построение. Слушают и обсуждают тему урока, отвечают на вопросы	Фронтальная	<i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; имеют желание учиться; положительно отзываются о школе; правильно идентифицируют себя с позицией школьника	Устный опрос

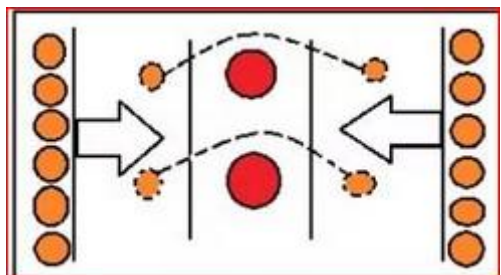
II. Актуализация знаний	Выполнить строевые команды. Повторить поворот на 360 градусов.	Повторяет с учащимися поворот на 360 градусов. Даёт команды: «Направо!», «Налево в обход шагом марш!».	1 мин.	Повторяют несколько раз поворот. Выполняют команды.	Фронтальная.	<i>Личностные:</i> активно включаются в общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей.	Выполнение действий по инструкции
	Выполнить ходьбу с заданием.	Объясняет задание : выполнить ходьбу по периметру зала; по хлопку - движение в обратном направлении; 2 хлопка - поворот на 360 градусов и продолжить движение. Даёт команды: «Бегом марш!», затем по окончании бега: «Шагом марш!».	2 мин.	Выполняют ходьбу с заданием.	Индивидуальная, фронтальная.	<i>Регулятивные:</i> умеют анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	
	Комплекс упражнений «Разминка в ходьбе»: 1) И. п. - руки в стороны. Круговые движения кистями рук. (4 раза в одну сторону, 4 - в другую.) 2) И. п. - руки в стороны. Круговые движения предплечьями. (4 раза внутрь, 4 - наружу.) 3) И. п. - руки в стороны. Круговые движения руками перед собой. (4 раза внутрь, 4 - наружу.) 4) Потом все эти упражнения соединяются: и. п. - руки в стороны. 1-2 - круговые движения кистями рук внутрь; 3-4 - круговые движения кистями рук наружу; 1-2 - круговые движения предплечьями внутрь;	Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения	3 мин.	Выполняют разминку в ходьбе.	Фронтальная		

	<p>3-4 - круговые движения предплечьями наружу; 1-2 - круговые движения руками перед собой внутри; 3-4 - круговые движения руками перед собой наружу. <i>(Повторить 2 раза.)</i> 5) 1-4 - потряхивания руками, опущенными вдоль туловища.</p>						
--	---	--	--	--	--	--	--

III. Изучение нового материала	Расчёт на «первый - второй». Перестроение в пары.	Даёт команду: «На первый - второй рассчитайсь!».	1 мин.	Выполняют расчёт и перестроение в пары.	Индивидуальная, фронтальная.	<i>Регулятивные:</i> действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя.	Выполнение действий по инструкции
	Обучение технике бросков и ловли мяча в паре.	Раздаёт мячи и показывает правильное положение ног и рук при выполнении бросков мяча в паре.	2 мин.	Повторяют движения за учителем.	Работа в парах.	<i>Познавательные:</i> общеучебные - умеют характеризовать действия и давать им объективную оценку на основе освоенных знаний;	
	Упражнения в парах с мячом. Расстояние между парами не менее 3 м, время, отводимое на то или иное упражнение, варьируется от качества выполнения. 1) И. п. - лицом друг к другу. Бросок мяча снизу, ловля произвольно. 2) И. п. - лицом друг к другу. Бросок мяча от груди, ловля произвольно. 3) И. п. - лицом друг к другу. Бросок мяча из-за головы, ловля произвольно. 4) И. п. - лицом друг к другу. Бросок мяча от груди одной рукой, ловля произвольно. 5) И. п. - лицом друг к другу. Передача мяча партнеру через один удар о пол. 6) И. п. - сидя ноги врозь, лицом друг к другу. Передача мяча партнеру от груди. 7) И. п. - сидя ноги врозь, лицом друг к другу. Катать мяч друг другу, стараясь попасть в ворота, образованные ногами.	Формулирует задание, осуществляет индивидуальный контроль.	20 мин.	Выполняют упражнения.	Работа в парах.	<i>логические</i> - осуществляют поиск необходимой информации.	
Эстафета с мячами. Учащиеся делятся на две команды по парам. 1) Крайний учащийся из команды первых			5 мин.	Делятся на две команды. Выполняют	Индивидуальная, фронтальная.	<i>Коммуникативные:</i> умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; обмениваются мнениями, слушают друг друга, строят понятные речевые высказывания	

<p>номеров, получив мяч от учителя, катит его партнеру, сидящему перед ним, тот катит мяч по диагонали второму ученику противоположной команды.</p> <p>2) Далее игрок катит мяч прямо; и так продолжается, пока мяч не окажется у последнего игрока вторых номеров.</p> <p>3) Последний игрок катит мяч учителю сзади своей команды.</p> <p>4) Учитель вновь вводит мяч в игру; когда мяч прокатится до середины дистанции, в игру вводится второй мяч, постепенно добавляются третий, четвертый мячи до тех пор, пока в игру не вступят все мячи.</p> <p>Подвижная игра «Два мороза».</p> <p>На игровой площадке на расстоянии 15—25 м друг от друга проводятся две линии. За этими линиями располагаются «домики», а между ними — игровое поле. Из общего числа играющих выбирают двух водящих, которые становятся в центре площадки и говорят рифмовку: <i>Мы два брата молодые, Два Мороза удалые! Я Мороз — Красный Нос, А я Мороз — Синий Нос. Кто из вас решится В путь дороженьку пустить?!..</i></p> <p>Дети, стоящие за одной из черт в «домике», хором отвечают: <i>Не боимся мы угроз, И не страшен нам Мороз!</i></p> <p>После этих слов они стараются перебежать игровую площадку и скрыться за другой линией в доме. Оба Мороза стараются коснуться рукой («запятнать») как можно больше перебегающих детей. Тот игрок, которого коснулась рука Мороза, застывает на месте, а остальные играющие скрываются за линией дома. Затем следует перебежка в другую сторону. Во время этой перебежки играющие могут выручить своих «оса-</p>	<p>Объясняет задание, показывает и вводит мяч в игру. Осуществляет мотивацию и контролирует выполнение задания.</p> <p>Объясняет правила и проводит подвижную игру</p>	<p>6 мин.</p>	<p>упражнения.</p> <p>Участвуют в игре</p>	<p>ная</p>		
---	--	---------------	--	------------	--	--

	<p>ленных» товарищей, коснувшись их рукой. После этого ранее «запятнанный» игрок возвращается в игру и старается скрыться за линией дома.</p> <p>Правила игры: водящие не имеют права касаться рукой игроков, успевших пересечь линию; после нескольких перебежек выбираются новые Морозы, а игра начинается сначала.</p>						
<p>IV. Первичное осмысление и закрепление</p>	<p>Упражнения с мячом для коррекции осанки:</p> <p><u>Упражнения стоя.</u></p> <p>1) И. п. - пятки вместе, носки врозь. 1-4 - присесть, мяч вперед; 5-8 - встать в и. п. (Повторить 3 раза.)</p> <p>2) И. п. - руки на пояс, мяч на полу, правая нога на мяче. 1-16 - перекат с носка на пятку стопой правой ноги по мячу; 1-16 - то же левой ногой.</p> <p>3) И. п. - пятки вместе, носки врозь. 1-8 - катание мяча стопой правой ноги по кругу вправо; 9-16 - катание мяча стопой правой ноги по кругу влево; 1-16 - то же левой ногой.</p> <p><u>Упражнения лежа на спине.</u></p> <p>1) И. п. - руки с мячом сверху (проверка осанки). 1 - поднять голову, мяч вперед вниз, посмотреть вперед между рук с мячом; 2 - и. п.</p>	<p>Формулирует задание, создает эмоциональный настрой, обеспечивает мотивацию выполнения</p>	<p>3 мин.</p>	<p>Выполняют упражнения</p>	<p>Фронтальная</p>	<p><i>Регулятивные:</i> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей</p>	<p>Выполнение действий по инструкции</p>



	<p>2) И. п. - мяч в руках сверху. 1-4 - тянуться; 5-6 - вернуться в и. п.</p> <p>3) И. п. - руки с мячом сверху. 1 - согнуть правую ногу, руки с мячом к колену; 2 - и. п. - согнуть левую ногу, руки с мячом к колену; 3 - и. п.</p> <p>4) И. п. - руки с мячом сверху. 1-4 - поднять ноги вместе под углом к полу, руки с мячом к коленям; 5-8 - опустить в и. п. (<i>Повторить 3 раза.</i>)</p> <p>5) И. п. - руки с мячом сверху. 1 - сесть, руки с мячом вверх; 2 - сидеть; 3 - положить мяч на голеностоп; 4 - лечь на предплечья; 5 - поднять ноги под углом к полу, мяч скатить вперед; 6 - поймать мяч; 7 - лечь; 8 - проверить осанку. (<i>Повторить 3 раза.</i>)</p> <p>6) И. п. - руки с мячом сверху. 1 - сесть, руки вверх с мячом; 2 - сидеть; 3 - ноги сложить в позу «Лотос» («по-турецки»); 4-6 - сидеть; 7-8 - аккуратно лечь в и. п.</p> <p>7) И. п. - руки с мячом сверху. 1 - сесть, мяч вверх; 2 - ноги скрестить «по-турецки»; 3 - встать без помощи рук; 4 - повернуться лицом к простыне.</p> <p><u>Упражнения лежа на боку.</u></p> <p>1) И. п. - лежа на животе, мяч сверху. 1 - лечь на правый бок; 2 - лечь на спину; 3 - лечь на левый бок; 4 - лечь на живот; 5 - лечь на левый бок; 6 - лечь на спину; 7 - лечь на правый бок; 8 - лечь на живот.</p> <p>2) 1-8 - выполнить то же самое через левый бок.</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--

V. Итоги урока. Рефлексия	Обобщить полученные на уроке сведения	Проводит беседу по вопросам: - Какие упражнения с мячом на уроке удалось выполнить лучше всего? - Какие упражнения с мячом или эстафеты вы будете выполнять дома или во дворе?	1 мин.	Отвечают на вопросы. Определяют свое эмоциональное состояние на уроке	Фронтальная	<i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его. <i>Регулятивные:</i> прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала	Оценивание учащихся за работу на уроке
--------------------------------------	---------------------------------------	--	--------	--	-------------	--	--