**Конспект открытого урока по физической культуре**

**Учитель (ФИО): Башарова Татьяна Анатольевна**

**Класс:** 3 б

**Тема урока:** Подвижныеигры **«**Эстафета»

**Тип урока**: обобщение и систематизация ЗУН

**Цель урока:**

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ УРОКА:**

**Образовательные:** Укреплять здоровье; способствовать развитию скоростных качеств; повторять технику безопасности на уроках подвижных игр.

**Оздоровительные:** Способствовать развитию ловкости, скоростных качеств, координационных.

**Воспитательные:** Способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, чувства коллективизма, смелости и решительности.

***Предметные УУД:***

*Знать технику выполнения каждого задания находить и анализировать ошибки.*

***Метапредметные УУД:***

*-Познавательные: понимание причины успеха и неуспеха учебной деятельности, извлекать необходимую информацию из прослушанного объяснения учителя, систематизировать собственные знания, понимать значение выполняемых действий.*

*- Регулятивные: умение использовать имеющиеся знания и опыт, уметь выполнять команды учителя, контролировать свои действия согласно инструкции учителя, умение осуществлять пошаговый контроль своих действий, умение осуществлять контроль за техникой выполнения упражнений.*

 *- Коммуникативные: умение заметить достоинство и недостатки своего исполнения движений, умение увидеть ошибки других учащихся и показать пути их исправления.*

***Личностные****: самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни, развивать внимание, ловкость, координацию, умение соблюдать техник безопасности.*

**Основные методы:**словесный (беседа, объяснение, разъяснение), соревновательный.

**Формы организации познавательной деятельности учащихся:**фронтальная, коллективная, индивидуальная.

**Оборудование:** свисток, кегли, карточки, бинты

**План урока:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Этап урока** | **Регламент** |
| 1 | **Вводно-подготовительная часть:** | **17 мин.** |
| 1.1 | Построение, организационный момент | **4 мин.** |
| 1.2 | Техника безопасности | **1 мин.** |
| 1.3 | Ходьба и её разновидности | **2 мин.** |
| 1.4 | Бег и его разновидности | **3 мин.** |
| 1.5 | Ходьба с восстановлением дыхания | **1 мин.** |
| 1.6 | ОРУ | **6 мин.** |
| 2 | **Основная часть:** | **20 мин.** |
| 3 | **Заключительная часть:** | **3 мин** |
|   | Построение |   |

**ХОД РАБОТЫ:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы урока** | **Деятельность учителя / *Деятельность учащихся*** | **Общие методические указания** |
| **1.  Вводно-подготовительная часть:** | *(Привести детей с класса в спортзал переодетыми в спортивную форму).* |  |
| **1.1.***Построение, организационный момент* | - Становись! Равняйсь! Смирно!-Здравствуйте! («Здраст!»). | Ровняться по команде учителя, выполнять синхронно. |
| **1.2.***Техника безопасности* | -Тема нашего урока «Эстафеты»-Напомню вам ТБ на уроках физкультуры.-Футболка заправлена в шорты, волосы у девочек собраны, шнурки завязаны, не толкать одноклассников, не драться, направляющего не обгонять, если во время бега стало плохо, то обращаемся к учителю, не садимся сразу и не останавливаемся, ходим, восстанавливая дыхание-Равняйсь! Смирно! Направо!-В обход направо шагом марш. |  |
| **1.3***Ходьба и ее разновидности* | Сейчас мы выполним разминку. Скажите, для чего необходимо выполнять разминку на уроке физической культуры?*Ответы детей (для разогрева мышц, чтобы не допустить травм связок)*Нужна ли утренняя зарядка в повседневной жизни?*Ответы детей (зарядка помогает человеку проснуться, взбодриться, усиливает работоспособность организма на весь день, положительно влияет на работу сердечно сосудистой системы и помогает держать тело в тонусе)*1) Ходьба на носках-На носках, руки вверх, ладони внутрь, марш. 1- 42)Ходьба на пятках- На пятках, руки на пояс, марш. | Соблюдение техники безопасности, правильность указания. Соблюдении дистанции. |
| **1.4.***Бег и его разновидности* | -Бегом, марш!*Бег и его разновидности*- С высоким подниманием бедра,  марш!- Захлест голени, марш!- Приставным шагом правым боком, руки на пояс, марш!- Приставным шагом левым боком марш!- Спиной вперед, марш!-Бегом, марш! (5 кругов) | Соблюдение техники безопасности, правильность указания. Соблюдении дистанции. |
| **1.5.***Ходьба с восстановлением дыхания* | -Шаг медленнее, реже, восстанавливаем дыхание, руки через стороны вверх – глубокий вдох, вниз - выдох. |  |
| **1.6.***Перестроение в колонны по два* | -Направо за направляющим в колонны по два, марш!-Направляющий на месте. Стой.-Налево.-На расстоянии вытянутой руки разомкнись. |  |
| **1.7.***ОРУ* | ***Упражнения на мышцы шеи:*****1)Упражнение на мышцы шеи:**- И.п. стойка ноги врозь, руки на поясе. И.п. принять.Упражнения показываю…1. наклон головы вправо2. И.п.3.наклон головы влево4.И.п.5. наклон головы вперёд6. И.п.7. наклон головы назад8. И.п.ОМУ: повороты выполнять не резко.-Упражнение в правую сторону начинай.**2) Упражнение на мышцы рук:**И.п. ноги врозь, руки к плечам. И.п. принять.1-4. круговые движения предплечьями вперед5-8 круговые движения предплечьями назадОму: выполнять не быстро, делать полный оборот.-Упражнение вперёд начинай.**3) Упражнение на мышцы туловища:**Упражнение показываю…И.п. руки на поясе, ноги чуть шире плеч. И.п. принять.1. Поворот туловища вправо с левой рукой.2. И.п.3.Поворот туловища влево с правой рукой.4.И.п.ОМУ: повороты выполнять не резко.-Упражнение в правую сторону начинай.**4) Упражнение на мышцы туловища:**И.п. принятьУпражнение показываю…Упражнение с наклона в левую сторону начинай1. наклон влево2. и.п3.наклон вправо.4. и.п5. наклон вперед6. и.п7.наклон назад.8.и.п**5) Упражнение на мышцы ног:**И.п. руки на колени, ноги чуть согнуты, вместе. И.п. принять.1-4. круговые движения коленями в правую сторону5-8. круговые движения коленями в левую сторонуОМУ: выполнять плавно-Упражнение в левую сторону начинай.**6)** **Упражнение на мышцы ног:**И.п. ноги на ширине плеч, руки вперёд. И.п. принять.-Упражнения показываю…1. приседание2. И.п.3-4. То же самоеВыполнить десять разОМУ: спину держать ровно.**7) Упражнение на мышцы ног:**И.п. ноги вместе, руки на поясе. И.п принять1. выпады вперед с левой ногой2. и.п3. выпад вперед с правой ноги4.и.п5-8. тоже самое**8) Упражнение на мышцы ног:**И.п. основная стойка, руки вниз.-Упражнение показываю…. И.п. принять.1.      Прыжок, ноги врозь, руки вверх ладонями внутрь2.      Прыжок, руки вдоль туловища3-8. То же самоеОМУ: с прыжка опускаемся мягко на чуть согнутых ногах.-Упражнение начинай.-Разминка окончена. | Соблюдение техники безопасности, правильность указания. Соблюдении дистанции. |
| **2.  Основная часть:****1) Техника безопасности при играх** | Построились-Для того чтобы приступить прохождению эстафет, нужно знать следующие правила:* Не толкаться
* Внимательно слушать правила эстафеты
* Выполнять все задания точно и правильно
* Не заходить за линию старта

- На первый второй номера рассчитайсь. -Вторые номера шаг вперед.-Первые номера – это первая команда, вторые номера – вторая команда.-Первые номера выстраиваются в колонну по одному у первой кегли, а вторые номера выстраиваются в колонну по одному у второй кегли.- Направо. К своим кеглям, шагом марш.*1. Эстафета «Физические качества».****Формирование функциональной грамотности – критическое мышление***-Сейчас вам раздам картинки, на которых изображены виды спортивной деятельности, вам необходимо соотнести эти картинки с указанными физическими качествами. При выполнении любого вида **упражнения** осуществляется развитие всех без исключения **физических** **качеств**, но только одни развиваются преимущественно больше, чем остальные. Вам необходимо соотнести к тем качествам, где они преобладают больше.-Побеждает команда, которая раньше закончит упражнение.-На этом этапе победила … команда.-Победившей команде 1 балл, проигравшей 0 баллов.-Молодцы, команды.-А теперь эстафета2.  *«Загадки».****Формирование функциональной грамотности – читательская***- На стеле лежит листок с загадками, каждому участнику нужно прочитать её, отгадать только одну загадку, написать ответ к ней и вернуться обратно, передав эстафету следующему участнику. 1. Соберём команду в школе

И найдём большое поле.Пробиваем угловой —Забиваем головой!И в воротах пятый гол! Очень любим мы … (футбол)1. Корт, сетка, мячик и ракетки.

Подачу шлёт ударом метким Соперник. Я отбить надеюсь. Спорт этот называют … (теннис)1. Лента, мяч, бревно и брусья,

Кольца с ними рядом.Перечислить не берусь я Множество снарядов.Красоту и пластику Дарит нам … (гимнастика)1. На ногах две доски.

Стать на них ты рискни. С горы лихо скатись, А потом остановись. (лыжи)1. Дырявое сито

К ручке прибито, Им мячи отбивают. Как предмет называют? (ракетка)1. На льду играет на коньках

И клюшка у него в руках. Он шайбу этой клюшкой бьет. А кто спортсмена назовет? (хоккеист)1. Все ногами его бьют

И туда-сюда снуют. И пинки, и тумаки Щедро, много раздают. (мяч)1. Ледяная площадка

Очень гладка.(каток)1. Если дружен ты со мной,

Настойчив в тренировках, Ты вырастешь здоровым, Выносливым и ловким. (спорт)1. На воротах он стоит

И ворота защитит. По воротам ты ударь – Не пропустит мяч …(вратарь)-Побеждает команда первый игрок, которой раньше вернется во главу команды.-Даю свисток для начала этапа.-На этом этапе победила … команда.-Победившей команде 1 балл, проигравшей 0 баллов.-Молодцы, команды.3.  *«Перенести пострадавшего».****Формирование функциональной грамотности – естественно-научной*** Вам необходимо по двое перенести одного пострадавшего на руках до стула, оставить его там, другая пара должна его забрать и т.д. После того как последняя пара заберёт пострадавшего, ему необходимо перевязать ногу бинтом. Победит та команда, кто быстрее справиться с перевязкой.4. *Интеллектуальный конкурс*Каждой команде я сейчас задам по 4 вопроса. Если команда ответит на все вопросы, она получает 2 балла, если же команда ответит менее 4-х вопросов, они получают 1 балл- Что помогает спортсмену плыть быстрее? (ласты)-Они защищают глаза спортсмена от воды? (плавательные очки)- Через нее кидают мяч в волейболе? (сетка)- Деревянная палка с загнутым концом, которой бьют по шайбе? (клюшка)- Летний вариант коньков? (ролики)- Мягкие матрасы, на которые падают спортсмены после выполнения прыжка? (маты)-  Один из зимних видов спорта? (лыжные гонки)- Транспортное средство, приводимое в движение силой человека через ножные педали? (велосипед)5. «Отгадать ребус»Каждой команде даётся один ребус, и они отгадывают его. Команда, которая первая разгадает ребус - выигрывает.-Победившей команде 1 балл, проигравшей 0 баллов.-Молодцы, команды. | Соблюдение техники безопасности. Слушать правила эстафеты. Соблюдение дистанции между учениками. Соблюдение правил игры. |
| **3. Заключительная часть:** | РефлексияНа исходную становись.Определили победителей-Вы сегодня все работали дружно, сплочённо, энергично!-Молодцы, вы были активными и ловкими!- Ответьте на вопрос, вам понравился урок?-Равняйсь. Смирно. Урок окончен. До свидания.               | Отметить отличившихся ребят. |