

## **Конспект урока физической культуры для 5 класса**

**Учитель:** Ворожнова Наталья Николаевна

**ГБОУ СОШ №7 «ОЦ» г.о. Новокуйбышевск**

**Класс:** 5

**Предметная область:** физическая культура

**Тема урока:** «Акробатика. Кувырок вперед, назад»

**Дата** 22 января 2018 год

Технологии, используемые на уроке:

информационно-коммуникационные, игровые, здоровьесберегающие.

**Цели и задачи урока:**

**Основные практические цели урока:**

ввести понятие «акробатика, группировка, перекат, кувырок вперед, назад»

познакомить с современными акробатическими упражнениями

дать первоначальное представление об акробатике

**Образовательная цель урока:**

Развивать умения у учащихся при выполнении акробатических упражнений, повышения общей культуры.

**Воспитательная цель урока:**

Развивать умение культурного общения с одноклассниками, уважения их точки зрения. Развитие понимания системы моральных ценностей.

**Развивающая цель урока:**

Развитие таких качеств, как сила, гибкость, выносливость, чувство равновесия и координации. Дают определение основным понятиям, формируют положительные отношения к занятиям двигательной деятельностью для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

Образовательная, воспитательная и развивающая цели достигаются через основную практическую цель.

**Задачи, обеспечивающие достижение основной практической цели.**

- Активизировать деятельность на уроке.
- Совершенствовать навыки выполнения акробатических упражнений
- Совершенствовать навыки работы в группе.

**Ожидаемый учебный результат.**

В данном уроке планируется развитие предметных, метапредметных и личностных результатов.

**Планируемые предметные результаты:** узнают историю акробатики, о том, что она развивает такие качества, как сила, гибкость, выносливость, чувство равновесия и координацию, дают определение основным понятиям, формируют положительные отношения к занятиям двигательной деятельностью для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

### **Планируемые метапредметные результаты:**

- Формирование навыков работы в группе.
- Освоение универсальных учебных действий (УУД):
  - личностные УУД: умение взаимодействовать с окружающей средой, оценивать поведенческие аспекты, формирование умения ставить учебные цели и определять мотивы для их достижения;
  - регулятивные УУД: умение работать в группе, регулировать время, умение ставить и распределять учебные и познавательные задачи, умение оценивать и контролировать свои действия;
  - познавательные УУД: умение к самообразованию, к дальнейшему развитию полученного интереса к данной теме, умение поиска и выделения необходимой информации, умение решения поставленной задачи, принятие самостоятельного решения;
  - коммуникативные УУД: умение выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.

### **Планируемые личностные результаты:**

- Формирование уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку.
- Формирование норм социального поведения. Формирование коммуникативной компетенции в общении и сотрудничестве со сверстниками.

### **Методическое и техническое оснащение урока:**

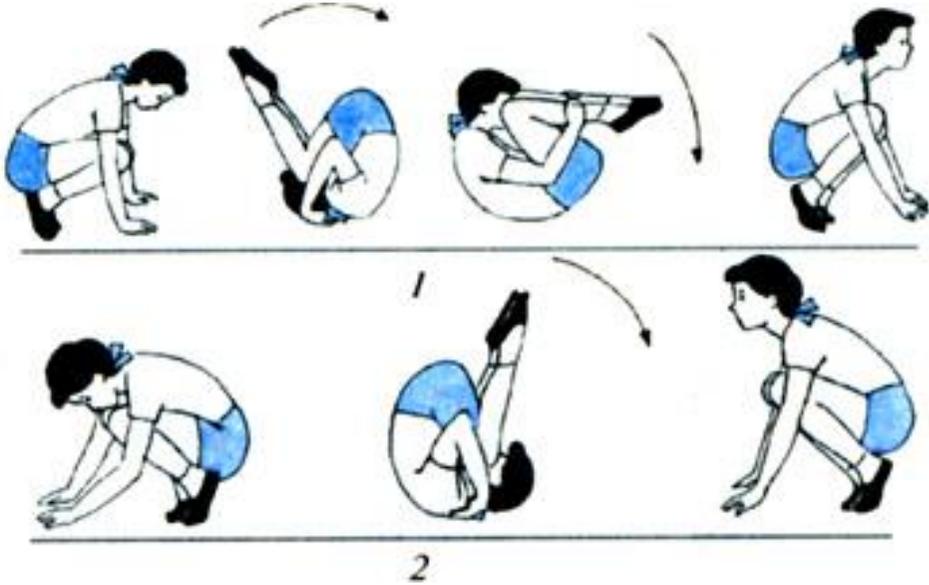
1 Ноутбук.

2.Презентация.

3.Гимнастические маты.

4.Скакалки.

**Основные понятия:** акробатика, группировка, пережат, кувырок вперед, назад

Деятельность учителя	Деятельность ученика	
<p><b>1. Организационный момент.</b> Проверяет готовность обучающихся к уроку, озвучивает тему и цель урока; создает эмоциональный настрой на изучение нового предмета. Построение; приветствие. Настроить детей на работу.</p> <p><b>2. Актуализация знаний.</b> <u>Вопрос.</u> Ребята, какие элементы акробатических упражнений Вы знаете? -Молодцы ребята. - Сегодня мы будем с вами изучать кувырки вперед, назад. <u>Беседа по теме:</u> «Что такое координация». Объясняет, что такое координация и какое значение она имеет для физической подготовки человека. Предлагает творчески подходить к выполнению</p>	<p>Слушают и обсуждают тему урока.</p> <p>Слушают наводящие вопросы учителя, выполняют задания учителя.</p> <p>Настрой на урок. Самооценка готовности к уроку.</p>	 <p>The image contains two rows of illustrations showing a girl in a blue leotard performing acrobatic moves. The top row shows a sequence of four poses: starting from a crouched position, she performs a forward somersault, then a backward somersault, and ends in a crouched position. The bottom row shows a similar sequence, starting from a crouched position, performing a backward somersault (labeled '1'), and ending in a crouched position (labeled '2'). Arrows indicate the direction of rotation for the somersaults.</p>

акробатических упражнений.

\* класс «Равняйся!», «Смирно!», «По порядку номеров рассчитайсь!»

\* выполнение строевых упражнений /повороты налево, направо, кругом на месте/

Повторение правила Т/Б на уроках гимнастики

\* направо, ходьба по залу с дистанцией 2 шага на носках (руки на пояс, спина прямая).

\* на пятках (руки за головой, спина прямая)

\* бег в равномерном темпе

Выполнение команд.

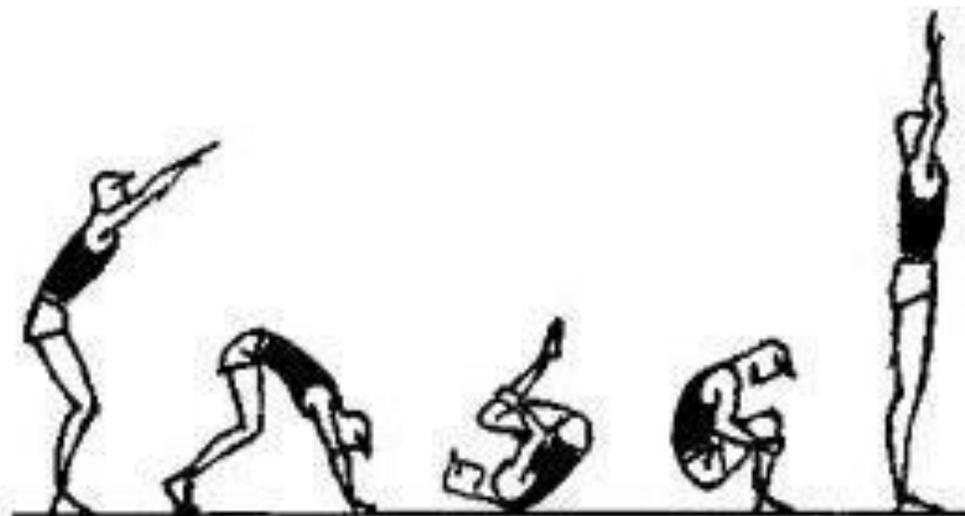
Построение и перестроение. Даёт команды: «На первый – второй рассчитайсь!», «Первые – один шаг, вторые – четыре шага вперед шагом марш!», «На руки в стороны разомкнись!».

\* Комплекс ОРУ со скакалкой

### **3. Применение теоретических положений в условиях выполнения упражнений и решение задач**

Объяснение учителем техники правильного выполнения упражнения и показ более подготовленным учеником кувырка вперед, назад.

Выполняют упражнения. Во время движения по кругу выполняют дыхательные упражнения.



Образно воспринимать двигательное действие, выделяя более сложные элементы техники выполнения упражнения

#### 4. Изучение нового материала.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться возле матов.

Проводит подготовительные упражнения:

\* группировка из положения упор присев,

\* перекаты в группировке,

\* перекат в группировке с опорой рук.  
(Повторить 4–6 раз.)

Обратить внимание на положение головы.

Выполнение элемента со страховкой.

Объясняет технику выполнения.

Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

\*Кувырок вперед, назад

Выполнение элемента со страховкой.

#### 5. Самостоятельное творческое использование сформированных УУД.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности, страховку, самостраховку.

И.п. – упор присев

1 – группировка

2 – перекат в группировке.

Слушают, выполняют упражнение  
Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Выполняют учебные действия, используя речь для регуляции своей деятельности.

Слушают, выполняют упражнение

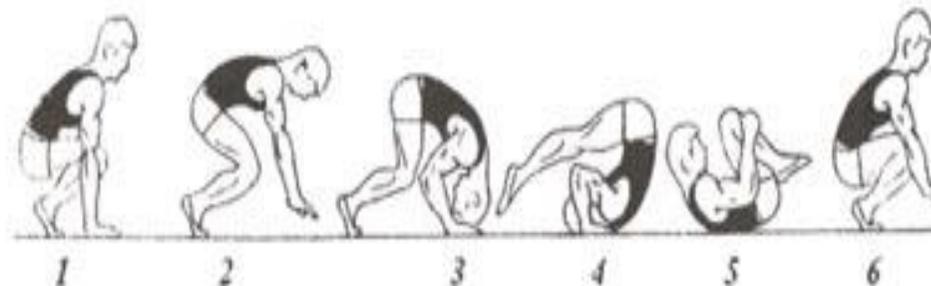


Рисунок 1 - Кувырок вперед

И.п – группировка сидя – перекатом назад – вперёд в упор присев.

И.п. – упор присев

1 – перекатом вперед, назад.

2 – и.п.

Ориентировать учащихся на согласованность действий при выполнении кувырков.

### **6. Первичное осмысление и закрепление.**

Проводит круговую тренировку.

Поясняет задание, контролирует его выполнение.

Объясняет правила выполнения диафрагмального дыхания. Проводит дыхательные упражнения

### **7. Рефлексия.**

#### **Итоги урока.**

Игра на координацию «Заморозки»

Построение в одну шеренгу и подведение итогов урока.

- молодцы! Вы сегодня показали, что действительно очень подготовленный класс. На уроке была хорошая дисциплина.

Обобщить полученные на уроке сведения. Проводит беседу по вопросам:

Выполняют упражнения.

Выполняют дыхательные упражнения

Выполняют игру.

Оценить процесс и результаты своей деятельности

Отвечают на вопросы.

Определяют свое эмоциональное состояние на уроке.

Осуществлять контроль и самоконтроль, ставят оценку.



Соединение элементов  
техники кувырка вперёд

The slide features a light blue background with a decorative graphic of three colored dots (green, purple, blue) and a vertical line on the left. The title is written in a blue, sans-serif font. Below the title is a horizontal sequence of six illustrations showing a person in a red and green leotard performing a forward roll on a mat. The sequence starts with the person in a crouching position, followed by the roll itself, and ends with the person in a crouching position again.

<p>- Чему новому Вы сегодня научились? – Какие упражнения для развития гибкости вы знаете? – Как правильно выполнить диафрагмальное дыхание? <i>/отвечают по поднятой руке/</i> Похвалить всех детей, выделить особо отличившихся. Домашнее задание</p>		
---	--	--