

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:

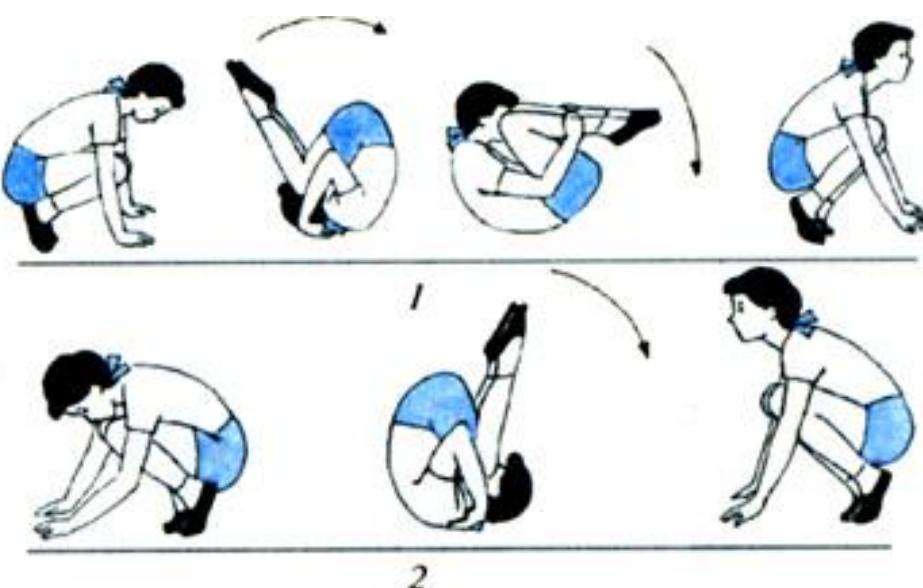
1 Ноутбук.

2.Презентация.

3.Гимнастические маты.

4.Скакалки.

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

Деятельность учителя	Деятельность ученика	
<p>1. Организационный момент. 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>2. Актуализация знаний. <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.

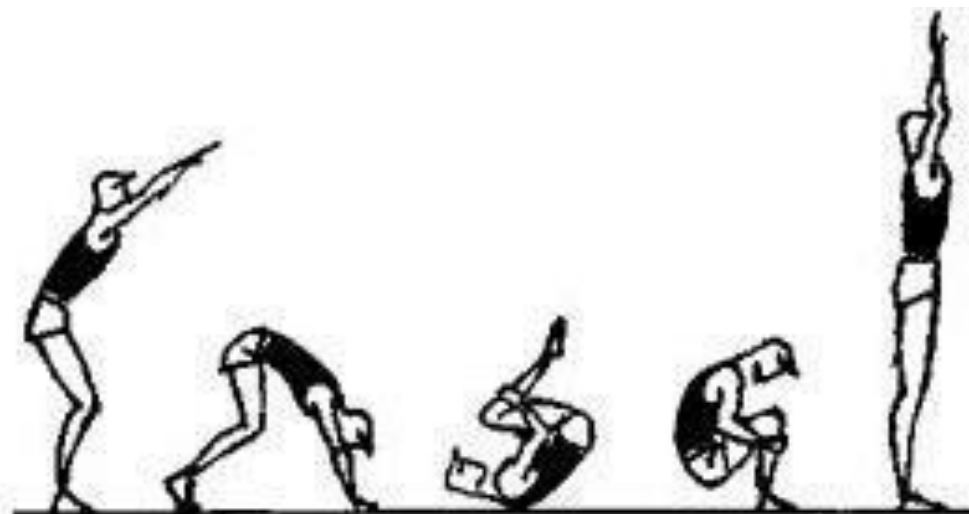
Построение и перестроение. Даёт команды: «На первый – второй рассчитайсь!», «Первые – один шаг, вторые – четыре шага вперед шагом марш!», «На руки в стороны разомкнись!».

* 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

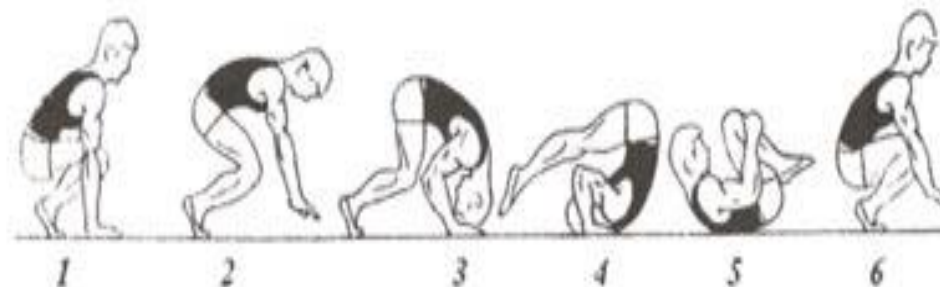


Рисунок 1 - Кувырок вперед

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 вперед

The slide features a light blue background. At the top left, there are three colored dots (green, purple, blue) and a vertical blue line. The title is written in a blue, sans-serif font. Below the title is a white rectangular area containing six sequential illustrations of a person performing a forward roll on a mat. The person starts in a crouching position, then tucks their knees and rolls forward, ending in a crouching position again.

- Чему новому Вы сегодня научились?

– Какие упражнения для развития гибкости вы знаете?

– Как правильно выполнить диафрагмальное дыхание?

/отвечают по поднятой руке/

Похвалить всех детей, выделить особо отличившихся. Домашнее задание