План – конспект

 урока по подвижным играм и эстафетам в 3 классе

 МОУ сош. с. Дьяковка. 5.12.2014 года.

**Тема урока**: Повторение подвижных игр и эстафет.

**Тип урока**: Урок с воспитательной направленностью.

**Вид урока**: Комплексный по подвижным играм и эстафетам.

**Цель урока**: Развитие различных физических качеств при проведении подвижных игр и эстафет.

**Задачи урока**: **I**. Воспитательные задачи:

 1.Воспитывать взаимопомощь, чувство ответственности.

 2. Воспитывать потребность и умение сознательно применять подвижные игры и эстафеты в целях отдыха, укрепления здоровья.

 **II**. Образовательные задачи:

 Повторение подвижных игр и эстафет.

 **III**. Оздоровительные задачи:

 Развитие различных физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости, скоростно-силовых). Развитие ОФП.

**Место проведения**: Спортивный зал.

**Инвентарь**: скамейки, перекладина, мячи, сетка, скакалки, обручи.

**Пособия**: карточки, свисток, секундомеры.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частные задачи | Содержание | Дозировка нагрузки | Методические указания |
|  I. ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ |
| Настроить учащихся на работу по станциям. Подготовить организм к основной части урока. Достигнуть от среднего до высокого уровня физической нагрузки. Развивать ОФП. | Построение, рапорт дежурного. Сообщение задач урока. Повороты, ходьба, бег, ОРУ в движении. Упражнения по карточкам:1. Прыжки в приседе.2. Наклон туловища.3. Сгибание и разгибание рук.4. Круговые вращения руками и приседания.5. Подтягивание .6. Прыжки со скакалкой.7. Прыжки через скакалку.8. Упор присев – упор лежа.9. Напрыгивание на лавку.10. Подъем туловища. | 15 мин | Обратить внимание на форму, следить за осанкой, во время бега соблюдать дистанцию. Контролировать упражнения по карточкам. Используются средства и методы физкультуры:Фронтальный, групповой, поточный, индивидуальный, одновременный, круговой и др.  |
|  II. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ |
| 1 Беговая эстафета.2. Мяч между ног. 3. Челночный бег.4. Игра «Передал-садись».5. Мяч в обруче.6. Игра «Охотники и утки».7. Игра «Пионербол».  |  Дети бегут до стены, обратно - спиной. Дети с мячом между ног прыгают до стены и обратно. Дети переносят кубики на линию.Дети по очереди передают мяч друг другу.Дети с мячом в обруче передвигаются до стены и обратно.Дети выбивают мячом соперников.Игра проводится по правилам игры «Пионербол». |  27 мин.  | Следить за передачей эстафеты.Передача мяча выполняется броском, ловля мяча обязательна.Кубик ложится на кубик.После передачи мяча дети приседают.Игра идет на время. Выигрывает команда, которая быстрее выбивает соперников.Следить, чтобы игроки делали передачу в зону 3, а затем в зону 2 и 4. |
|   III. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ |
| Анализ деятельности учащихся, оценки за урок, снижение нагрузки. | Игра на внимание. Домашнее задание. Организованный уход из спортзала. |  3 мин. | Оценить работу учащихся на уроке, их активность, самостоятельность. |

 Учитель: Яковлев Ф.А.