

Валиева Анна Владимировна

Муниципальное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 12

имени Героя Советского Союза Сафонова Федора Матвеевича

городского округа Самара

ПЛАН-КОНСПЕКТ УРОКА В 2 «А» КЛАССЕ. ТЕМА УРОКА: ПОДВИЖНАЯ
ИГРА «ОСАДА ГОРОДА»

Дата 10. 09. 2013 г.

Цели и задачи урока:

- развивать общую выносливость; координационные способности;
- разучить разминку с мячами в парах;
- совершенствовать технику ловли и бросков мяча в парах;
- провести подвижную игру «Осада города».

Инвентарь: секундомер, свисток, мячи (по одному на двух занимающихся), 2-4 гимнастические скамейки.

Место занятий: спортивный зал.

Формируемые УУД: предметные: владеть техникой ловли и броска мяча, организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Осада города»;

метапредметные: принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства ее осуществления, определять общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение



окружающих, конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

личностные: развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, личной ответственности за свои поступки, навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

Содержание	Организационно – методические указания
1. Вводная часть.	
1) Построение	Учитель.
2) Задачи на урок.	Учитель. В колонну по одному, дистанция 1,5м
3) Бег 2мин 30 с.	Каждое упражнение выполняется 30-60 с., без счета.
4) Разминка с мячом в парах.	И.п. – спиной друг к другу, мяч у одного ребенка из пары в руках. Передача мяча друг другу с поворотом. Один поворот корпуса направо, другой поворот корпуса налево, передать мяч, затем оба поворачиваются в другую сторону, и снова следует передача мяча. И.п. – спиной друг к другу, мяч прижать спинами. Один выполняет полуприсед, стараясь катить мяч по спине партнера, но не уронить его, затем встать. Другой выполняет полуприсед, затем встает в исходное положение. И.п.- широкая стойка ноги врозь, стоя спиной друг к другу, дистанция полушага. Один передает мяч партнеру сверху, другой снизу (20-30 с). Затем наоборот. И.п.- стоя лицом друг к другу, вместе удерживая мяч прямыми руками. Выпады сначала в одну сторону, затем в другую - делать синхронно, мяч не отпускать. И.п.- стоя лицом друг к другу, вместе удерживая мяч прямыми руками. Один выполняет присед, поднимается, другой выполняет присед, поднимается. И.п. – стоя лицом друг к другу в стойке ноги врозь. Подобрать удобное расстояние между собой. Один выполняет наклон с мячом как можно ниже, затем помещает мяч между ног другого, тот зажимает мяч ногами. Первый выпрямляется. После этого второй наклоняется и достает мяч, выпрямляется, затем наклоняется сам и т.д.



<p>2. Основная часть.</p> <p>1)Броски и ловля мяча в парах.</p> <p>Учитель.</p>	<p>(Важно обратить внимание ребят на правила безопасности – необходимо соблюдать дистанцию, чтобы головой не ударить партнера при наклоне и подъеме, кроме того, пока один не поднялся, второй не наклоняется, а то можно стукнуться головами.)</p> <p>И.п. – лицом друг к другу, у первого мяч в руках, он поднимает руки вперед – вверх. Задача второго – подпрыгнуть и при приземлении выхватить мяч у первого из рук (как только первый хватает мяч, второй отпускает). Затем второй поднимает мяч вперед – вверх, первый подпрыгивает и выхватывает мяч.</p> <p>Разминка окончена.</p> <p>Пары расходятся на противоположные стороны зала.</p> <p>- Каждую передачу мяча надо делать точно в руки партнеру, чтобы тому было легко поймать мяч.</p> <p>(Каждое упражнение выполняется не менее 1 мин.)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бросок снизу, ловля перед грудью. 2. Бросок из-за головы, ловля перед грудью. 3. Бросок от груди, ловля произвольным способом. 4. Бросок из-за спины. 5. Мяч в руках сзади, выполняется бросок с наклоном вперед, махом руками назад – вверх. 6. Первый катит мяч второму, задача второго – перепрыгнуть мяч, развернуться, догнать и поймать мяч (или поймать мяч после того, как он ударится об стену). 7. Бросок мяча поочередно правой и левой рукой, ловля двумя руками. <p>- Готовим место для игры «Осада города».</p> <p>Расставить скамейки. Дается 1 мин. тренировки бросков мяча на территорию противника. Заодно определяем, стоит ли увеличить дистанцию между городами или надо, наоборот, ее уменьшить.</p>
---	--



<p>2) Подвижная игра «Осада города».</p> <p>Учитель.</p> <p>Заключительная часть. Учитель.</p> <ol style="list-style-type: none">1) Построение2) Итоги игры и урока.3) Домашнее задание.	<p>Игру заканчивают за 5 мин. до конца урока.</p> <p>- Убираем инвентарь на место, приводим зал в порядок.</p> <p>Узнать, что такое самоконтроль и как его можно осуществлять.</p>
--	--

