

**План – конспект урока
по физической культуре в 3 классе**

Тема: Подвижные и спортивные игры.

Цель: Развивать интерес детей к физической культуре через сюжетно-ролевые подвижные игры.

Задачи:

Предметные результаты

1. Укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и скоростных способностей.
2. Закреплять понятия двигательных действий.
3. Формировать двигательные умения и навыки, обогащать свой двигательный опыт.

Метапредметные результаты

1. Формировать умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих (коммуникативное УУД).
2. Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации (регулятивное УУД).
3. Развивать умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения знаний (регулятивное УУД).

Личностные результаты

1. Формировать мотивацию учебной деятельности. (смыслообразование, личностные УУД).
2. Формировать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. (нравственно-этическая ориентация, личностное УУД).
3. Формировать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни (самоопределение, личностные УУД).

Тип занятия: Комбинированный

Оборудование урока: свисток, гимнастические палки, гимнастические коврики, карточки, тсо (магнитофон).

Ход урока:

Содержание урока	Дозировка	Организационно-методические указания	Универсальные учебные действия
Подготовительная часть –14 минут			
Построение. Сдача рапорта. Приветствие. Формулирование темы и задач урока Измерение пульса	3 мин	Обратить внимание на спортивную форму, дисциплинированность, пожелание удачи на уроке	Планируемые личностные результаты: 1.Самоопределение. Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни. 2.Смыслообразование. Мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная) 3.Нравственно-этическая ориентация. Навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. Различать и выполнять строевые команды. Планируемые метапредметные результаты: 1.Регулятивные УУД. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Умение технически правильно выполнять двигательные действия. 2.Познавательные УУД Осмысление правил игры. Осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий
Строевая подготовка: повороты «Налево», «Направо», «Кругом»	1 мин	Обратить внимание на правильность выполнения	
Ходьба в колонне по одному: На носках, руки вверх На пятках, руки за голову На внешних сторонах стоп – руки в стороны Медленный бег Ходьба с изменением положения рук по зрительному сигналу.	2 мин 2 мин 1 мин	Обратить внимание на положение головы, плеч, спины Следить за правильным дыханием	
ОРУ: 1. И.п.- о.с., палка внизу. 1-2 – поднять руки вверх, встать на носки, вдох. 2. И.п.- о.с., палка внизу. 1- шаг правой ногой вправо, руки вверх 2- наклон вперед. 3- выпрямиться 4 - вернуться в и. п. То же влево. 3. И. п. – сед, палка вперед	5 мин	Пятки стоп приподняты. Следить за дыханием При выполнении наклона ноги не сгибать	

<p>1 – согнуть правую ногу, палка вверх 2 - и.п. 3 – согнуть левую ногу, палка вверх 4 – и.п. 4. И.п. – лежа на животе, палкаверху 1-2 – прогнуться, руки вверх, ноги вверх 3-4 – и.п. 5. И.п.- о.с., палка вниз. 1 – наклон вниз 2 – присед, руки вперед 3 – наклон вниз 4 – и.п. 6.И.п.- о.с., палка у груди 1 – прыжок ноги врозь, палка вверх 2 – и.п. 3 – прыжок ноги врозь, палка вниз 4 – и.п.</p>		<p>Следить за согласованным движением рук и ног</p> <p>Следить за правильностью выполнения упражнения</p> <p>При выполнении наклона ноги прямые, присед полный</p> <p>Следить за согласованным движением рук и ног</p>	<p>(упражнения для правильной осанки) Выполнять простейшие гимнастические комбинации на высоком качественном уровне.</p>
II. Основная часть 24 минуты			
<p>Сюжетно-ролевая игра «Эстафета зверей».</p> <p>Измерение ЧСС (за 6 секунд)</p>	<p>8 мин</p>	<p>Совершенствовать самоконтроль за своими действиями и действиями учащихся. Напомнить технику безопасности при проведении игры. Командир считает количество первых мест, дети совместно подводят итог эстафеты</p>	<p>Коммуникативные УУД Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. Формирование умения понимать причины успеха и неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях</p>
<p>Сюжетно-ролевая игра</p>	<p>8 мин</p>	<p>Объяснение правил игры, напомнить технику безопасности при</p>	<p>действовать даже в ситуациях</p>

«Воробьи и вороны» Измерение ЧСС (за 10 секунд)		проведении игры	неуспеха Уметь договариваться в совместной деятельности, взаимодействовать со сверстниками.
Упражнения для развития силовых качеств	2 мин	Упражнения выполняются в группе держась за руки. на гимнастических ковриках.	Формирование умения работать в группе; договариваться; контролировать действия партнера.
Подвижная игра «К своим флажкам»	6 мин	Объяснить правила игры, следить за правильным выполнением. Игра выполняется по звуковому и зрительному сигналу. Следить за правилами выполнения техники безопасности.	Умение заметить достоинства и недостатки своего исполнения движений
Контроль ЧСС			Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам
III. Заключительная часть 7 минут			
Дыхательная гимнастика 1. Упр на развитие грудного дыхания 2. Упр на развитие брюшного дыхания.	3 мин	Локти приподнять, спину выпрямить, грудную клетку максимально развернуть, плечи обязательно отвести назад. Дыхание произвольное, спокойное	Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи.
Упражнение для развития координационных способностей	2 мин	Упражнение выполнять плавно	Принимать инструкцию учителя, четко ей следовать. Осуществлять контроль.
Подведение итога урока. Организованный выход из зала.	2 мин	Отметить всех учеников.	Формируем умение выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ Обсуждают работу на уроке. Определить собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. Оценивают свою деятельность.

