

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

**Учитель:** Черкасова Наталья Александровна

**ГБОУ ООШ №20 г. Новокуйбышевска**

**Класс:** 5

**Предметная область:** физическая культура

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

**Дата** 15.10.2020 г.

**Учебные задачи, направленные на достижение личностных результатов:**

- формирование мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, к иной точке зрения.

**Учебные задачи, направленные на достижение метапредметных результатов обучения:**

**Личностные УУД:** Формирование познавательного интереса

**Познавательные УУД:** Умение понимать представленную информацию в виде текста

**Коммуникативные УУД:** Строить понятные для партнёра высказывания

**Регулятивные УУД:** Организовывать свое рабочее место, осуществлять контроль в форме сличения своей работы с заданным эталоном

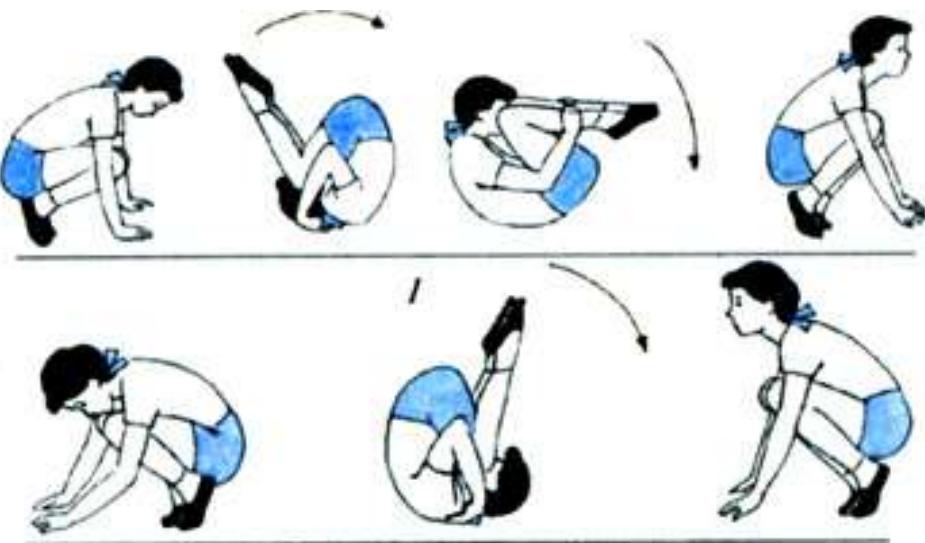
**Учебные задачи, направленные на достижение предметных результатов обучения:**

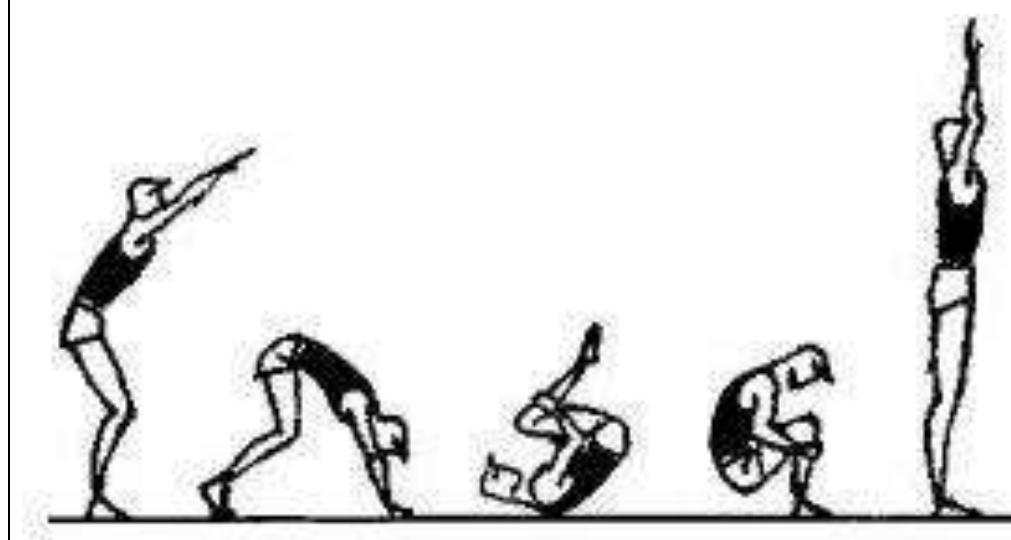
- ввести понятие «акробатика, группировка, перекат, кувырок вперед, назад»
- познакомить с современными акробатическими упражнениями
- дать первоначальное представление об акробатике

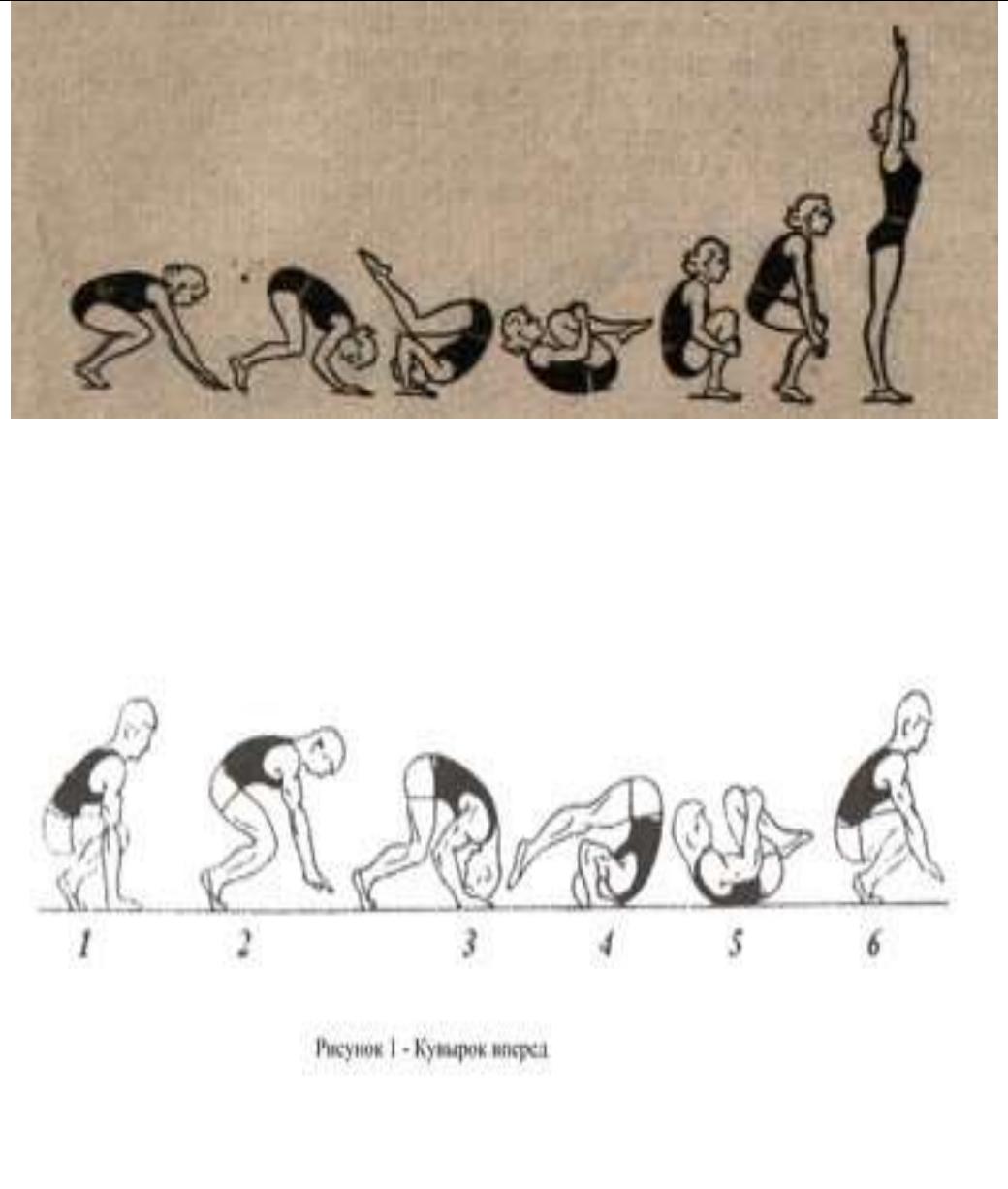
## Планируемый результат:

учащиеся узнают немного из истории акробатики, о том, что она развивает такие качества, как сила, гибкость, выносливость, чувство равновесия и координацию, дают определение основным понятиям, формируют положительное отношения к занятиям двигательной деятельностью для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

**Основные понятия:** акробатика, группировка, перекат, 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</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>	
		2

<p>подходить к выполнению акробатических упражнений.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* класс «Равняйся!», «Смирно!», «По порядку номеров рассчитайся!»</li> <li>* выполнение строевых упражнений /повороты налево, направо, кругом на месте/</li> </ul> <p><u>Повторение правила Т/Б на уроках гимнастики</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* направо, ходьба по залу с дистанцией 2 шага на носках (руки на пояс, спина прямая).</li> <li>* на пятках (руки за головой, спина прямая)</li> <li>* бег в равномерном темпе</li> </ul> <p><u>Выполнение команд.</u></p> <p>Построение и перестроение. Даёт команды: «На первый – второй рассчитайся!», «Первые – один шаг, вторые – четыре шага вперед шагом марш!», «На руки в стороны разомкнись!».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Комплекс ОРУ со скакалкой</li> </ul> <p><b>3. Применение теоретических положений в условиях выполнения упражнений и решение задач</b></p> <p>Объяснение учителем техники правильного выполнения упражнения и показ более подготовленным учеником <u>кувырка вперед, назад</u>.</p>	<p>Выполняют упражнения. Во время движения по кругу выполняют дыхательные упражнения.</p>	 <p>Образно воспринимать двигательное действие, выделяя более сложные элементы техники выполнения упражнения</p>
---	---	---

<p><b>4. Изучение нового материала.</b></p> <p>Формулирует задание, осуществляет контроль. Даёт команду построиться возле матов. <u>Проводит подготовительные упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* группировка из положения упор присев,</li> <li>* перекаты в группировке,</li> <li>* перекат в группировке с опорой рук. (Повторить 4–6 раз.)</li> </ul> <p>Обратить внимание на положение головы. Выполнение элемента со страховкой. Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.</p> <p>*Кувырок вперед, назад Выполнение элемента со страховкой.</p> <p><b>5. Самостоятельное творческое использование сформированных УУД.</b></p> <p>Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности, страховку, самостраховку.</p> <p><u>И.п. – упор присев</u> 1 – группировка</p>	<p>Слушают, выполняют упражнение Договариваются о распределении функций и ролей совместной деятельности.</p> <p>Выполняют учебные действия, используя речь для регуляции своей деятельности.</p> <p>Слушают, выполняют упражнение</p>	 <p>Рисунок 1 - Кувырок вперед.</p>
---	---	---

2 – перекат в группировке.  
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

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***



по вопросам:

- 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