

Конспект урока по физической культуре в 5 «Г» классе
учитель Егорычева Наталья Рашитовна.
Тема урока: « Спортивные игры на уроке физкультуры»

Цели:

1. Способствовать усвоению знаний о спортивных играх с мячом.
2. Создать условия для развития навыков выполнения упражнений с мячом.

Задачи урока:

1. Образовательные:

- познакомить с разными видами мяча;
- повторить передачи мяча разными способами;
- совершенствовать навыки ведения, броска и ловли мяча;

2. Оздоровительные:

- достигать полноценного физического развития, гармоничного телосложения;
- укреплять здоровье учащихся;

3. Воспитательные:

- создать положительный эмоциональный настрой;
- формировать интерес и потребность в занятиях физической культурой;
- воспитывать ответственность, умение работать в группе, взаимопомощь;

4. Развивающие:

- развивать память, наблюдательность, внимание;
- развивать познавательную и творческую активность.

Применяемые педагогические технологии:

1. Технология личностно-ориентированного развивающего обучения.
2. Педагогика сотрудничества.
3. Игровые.
4. Групповые.
5. Технология дифференцированного обучения.

Тип урока: обучающий.

Метод проведения: групповой, поточный, фронтальный.

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь: мячи для большого тенниса (27), волейбольный мяч (6), баскетбольные мячи (6), фишки (5+5+5),

Часть урока	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
1.	Вводная.	3 мин.	
	<p>А) Построение, сообщение задач урока.</p> <p>Сегодня на уроке мы будем выполнять упражнения с разными видами мяча, будем совершенствовать навыки ведения, броска, ловли мяча.</p> <p style="text-align: center;"><i>Повторение правил техники безопасности на уроке физкультуры.</i></p> <p>- Прежде, чем начать, что мы должны обязательно повторить?</p> <p>(Правила техники безопасности на уроке физкультуры.)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Во время занятия необходимо следить за своим самочувствием. 2. Строго выполнять указания и рекомендации учителя. 3. На уроке ФК можно есть конфеты, жвачки. 4. Необходимо соблюдать дистанцию в строю и при выполнении упражнений. 5. Можно кричать и драться. 6. Завязывать шнурки нужно вне строя. 7. Можно резко и быстро выполнять все упражнения, чтобы достигнуть лучшего результата. 8. Запрещается толкаться, ставить подножки товарищу, заниматься с развязанными шнурками, перебивать учителя, общаться с товарищем на интересные темы. 		<p>Расчёт по порядку. Приветствие.</p> <p>- Итак, если я произнесу верное высказывание (правило), вы хлопните в ладоши, если я произнесу ложное высказывание, скажите хором: «Нельзя».</p>
	1. Разминка.	12 мин.	
	<p>А) Разминка в движении.</p> <ol style="list-style-type: none"> I. Руки вдоль туловища. Напра-во! В обход налево шагом – марш! Соблюдайте дистанцию на вытянутые руки. 		<p>Спина прямая, следим за осанкой.</p> <p>Следим за головой, спина</p>

	<p>II. Ходьба без задания. Спина прямая. Следить за осанкой. Шаг короткий.</p> <p>III. Ходьба руки на пояс, руки к плечам, руки вверх, опустили (под четыре счета). Под мой счет начинай. Повтор 8 раз.</p> <p>IV. Ходьба на носках, руки вверх, ладони внутрь.</p> <p>V. Ходьба на пятках, руки за головой.</p> <p>VI. Ходьба без задания. Спина прямая. Следить за осанкой. Шаг короткий.</p> <p>VII. Ходьба с высоким подниманием колена. Руки на пояс, колено выше.</p> <p>VIII. Ходьба без задания.</p> <p>IX. Легкий бег.</p> <p>X. Бег приставными шагами правым, левым боком.</p> <p>XI. Бег “змейкой”.</p> <p>XII. Переход на ходьбу, восстановление дыхания. Руки вверх – вдох, руки вниз – выдох. Повтор 4-5 раз.</p> <p>Перестроение.</p> <p>Покажите, как вы умеете самостоятельно строиться в шеренгу по одному.</p> <p>Какие сигналы светофора вы знаете?</p> <p>Предлагаю вам, называя цвета светофора рассчитаться.</p> <p>Капитаны команд раздайте мячи. (Мяч для большого тенниса)</p> <p>Кто знает, в какой игре используют этот мяч. А как мы его используем в школе?</p> <p>А сейчас посмотрим, как вы умеете работать с малым мячом, ваша задача не ронять его во время выполнения задания.</p> <p>Б) ОРУ с малыми мячами.</p>	<p>прямая.</p> <p>Во время бега не обгоняем, соблюдаем порядок движения, бег не скоростной, а разминочный, легкий, трусцой.</p> <p>По моему свистку вы должны построиться по росту как стояли в начале урока.</p> <p>Называете по порядку (Красный, жёлтый, зелёный)</p> <p>Поднимите руки, кто называл красный,</p>
--	---	--

<p>Переключаем мяч из руки в руку:</p> <ul style="list-style-type: none"> - над головой - перед собой - за спиной - под ногой <p>Наклоны.</p> <p>Броски.</p> <p>Давайте, все вместе дружно мы попробуем сделать салют.</p> <p>Профилактика на осанку.</p> <p>Буратино потянулся, Раз – нагнулся, Два – нагнулся, Три – нагнулся.</p> <p>Руки в стороны развел – Ключик, видно, не нашел. Чтобы ключик нам достать, Нужно на носочки встать.</p> <p>А какие ещё ребята вы знаете упражнения на осанку.</p>		<p>Сделали 6 шагов вперед.</p> <p>Кто называл жёлтый?</p> <p>4 шага вперед.</p> <p>Кто зелёный, 2 шага вперед.</p> <p>Проверили дистанцию. Руки в стороны.</p> <p>И.п. Ноги на ширине плеч.</p> <p>Руки внизу, мяч переключаем над головой.</p> <p>И.п. Ноги на ширине плеч.</p> <p>Руки в сторону, мяч в руке, сводим руки переключаем мяч перед собой</p> <p>И.п. Ноги на ширине плеч.</p> <p>Руки внизу, мяч переключаем за спиной.</p> <p>Поставили ноги чуть шире чем на ширину плеч. Нагнулись, мяч переключаем сначала под одной ногой, затем под другой.</p> <p>И.п. мяч в руке, руки вверху.</p> <p>На счёт раз выполняем наклон, мяч оставляем на полу. На счет 2 выпрямляемся. На счет 3 наклон мяч поднимаем. Повторяем.</p> <p>А теперь по моему свистку одновременно бросаем мяч вверх, но не высоко, чуть выше головы, и ловим. Следующий бросок выполняем все вместе по свистку.</p>
---	--	--

			<p>Можно громко кричать “Ура!”</p> <p>А все посмотрят, какой салют вы умеете делать. Дома потренируйтесь выполнять броски на разную высоту.</p>
2.	Основная	20 мин.	
	<p>А) Перестроение.</p> <p>Сегодня мы будем много говорить о мяче.</p> <p>Вы знаете, что мяч используют в различных играх. Постарайтесь отгадать, в какую игру играют этим мячом.</p> <p>Бросают мячик через сетку, Забить стараются все гол. И ловким нужно быть и метким В игре с названьем...(волейбол).</p> <p>Для выполнения упражнений с мячом, учащиеся перестраиваются в три шеренги лицом друг к другу, оставляется по одному волейбольному мячу в каждой колонне:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стойка ноги на ширине плеч, чуть согнуты в коленях; – подбросить мяч вверх – хлопок в ладоши поймать мяч; - передача мяча двумя руками из-за головы; - передача двумя руками от груди; - передача мяча двумя руками снизу. <p>Как называется мяч, с которым мы выполняли упражнения? (Волейбольный)</p> <p>Б) Ведение баскетбольного мяча.</p> <p>Учитель загадывает загадку:</p> <p>Мяча введенье, передача, Противников игрок всех обошел, И мяч в корзине – вот удача Название игре той...(баскетбол).</p>		<p>Ведение мяча выполняете путем разгибания и сгибания руки, мяч толкаете около носка ноги.</p> <p>Упражнение выполняем не на скорость, а отрабатываем правильное ведение мяча.</p> <p>Учитель контролирует и</p>

	<ol style="list-style-type: none"> 1. И.п. – стойка баскетболиста, держать мяч двумя руками на уровне груди (повторить стойку баскетболиста.) 2. Ведение мяча правой рукой на месте. 3. Ведение мяча левой рукой на месте. 4. Встречная эстафета. <p>Как называется мяч, с которым мы выполняли упражнения? (Баскетбольный)</p>		<p>дает индивидуальные рекомендации.</p> <p>Учитель дает индивидуальные рекомендации.</p>
3	Заключительная.	5мин.	
	<p>Игра "Попади в мяч"</p> <p><u>Подготовка.</u> Для игры нужны 4 волейбольный мяч и 3 небольших набивных мяча. Играющие делятся на две команды и выстраиваются шеренгами на противоположных сторонах площадки на расстоянии 10-13 м друг от друга.</p> <p><u>Содержание игры.</u> По сигналу руководителя игроки бросают мяч в набивные мячи, стараясь откатить его к противоположной команде. Продолжительность игры 8-10 мин.</p> <p>Выигрывает команда, сумевшая закатить мяч за черту команды, стоящей напротив.</p> <p>Построение. Подведение итогов.</p> <p>Элементы какой спортивной игры мы сегодня повторили? А еще какие виды спорта вы знаете?</p> <p>Учитель оценивает учеников.</p> <p>До свидания! Направо! В класс шагом марш!</p>		