**МКОУ «Андийская СОШ №2» Ботлихского района РД**

**Конспект открытого урока по физической культуре**

**в 5 классе с использованием здоровьесберегающих технологий**

 **«**Акробатические соединения. Эстафеты с элементами гимнастики**»**

 Подготовил учитель физической культуры:

 **Гаджиев Арсен Будаевич**

 **Конспект урока по физической культуре.**

 Класс 5 класс

Тема урока: Акробатические соединения. Эстафеты с элементами гимнастики.

Цель урока: Выполнять акробатические и гимнастические соединения.

Задачи урока:

Образовательные задачи*(предметные результаты):*

 1 Закреплять группировки (в приседе, лёжа), перекаты (назад), кувырок вперед, кувырок назад, перекат назад в стойку на лопатках, мост из положения лежа.

 Развивающие задачи *(метапредметные результаты):*

 1.Формиовать умение общаться со сверстниками в соревновательной деятельности (*коммуникативное УУД).*

 2.Ознакомить с новыми эстафетами *(познавательное УУД).*

Воспитательные задачи*(личностные результаты):*

 1.Формировать умение проявлять дисциплинированность *(личностное УУД).*

 2.Умение видеть и чувствовать красоту движения (*личностное УУД).*

3. Знать правильную осанку и соблюдать ее.*(личностное УУД).*

Тип урока: Урок повторения.

Необходимое оборудование: гимнастические палки, гимнастические маты, баскетбольные мячи, скамейки.

**СТРУКТУРА И ХОД УРОКА**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Этап урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность ученика** | **Формируемые УУД** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **1** | **Подготовительный этап (12 мин.):**Построение класса. Прием рапорта. Сообщение задач урока.Сегодня на уроке мы повторим освоенные ранее акробатические элементы и научимся выполнять их в определенной последовательности в едином комплексе. А так же проведем несколько эстафет с элементами гимнастики и направленные на развитие быстроты и координации движения.**Перестроение из одной шеренги в две.**1. «Класс, на первый -второй – РАССЧИТАЙСЬ!»2.«Класс, в две шеренги –СТАНОВИСЬ!».3. «Класс, в одну шеренгу – СТАНОВИСЬ!».**Упражнения в ходьбе:** на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы**Упражнение "Смена мест"****Упражнения в беге:** Медленный бег в равномерном темпе- бег с высоким подниманием бедра- захлестыванием голени назад- приставным шагом правым и левым бокомХодьба в обход. Перестроение колонну по два. **Комплекс ОРУ с гимнастическими палками****1. И.П.- Основная стойка, палка внизу**1 - наклон головы вправо;2 - наклон головы вперед;3 - наклон головы влево;4 - наклон головы назад.**2. И.П.- Основная стойка, палка внизу**1 - руки вверх;2 - руки за голову;3 - руки вверх;4 - И.П. **3. И.П.- Основная стойка, палка внизу**1 - руки вверх правая нога назад на носок;2 - И.П.;3 - руки вверх левая нога назад на носок;4 - И.П. **4. И.П.- Широкая стойка ноги врозь руки вверх**1 - наклон туловища вправо;2 - И.П. 3 - наклон туловища влево;4 - И.П.;**5. И.П.- Широкая стойка ноги врозь палка за спиной**1 - наклон туловища вперед;2 - И.П. 3 - наклон туловища вперед;4 - И.П.;**6. И.П.- Широкая стойка ноги врозь руки внизу** 1 - поворот туловища вправо, руки вперед;2 - И.П. 3 - поворот туловища влево, руки вперед;4 - И.П.;**6. И.П.- Основная стойка ноги врозь руки внизу** 1 - выпад правой ногой вперед, руки вверх;2 - И.П. 3 - выпад левой ногой вперед, руки вверх;4 - И.П.;**7. И.П. - Основная стойка, палка на полу**1 - прыжки через палку двумя ногами2 - прыжки через палку правым боком3 - прыжки через палку левым бокомХодьба на месте вдох - выдох | Организация обучающихся на урок.Указывается вид строя.Следить за осанкой, за правильным выполнением упражнений. Соблюдать интервал.Закрепление знаний по двигательным действиямСледить за правильным выполнением упражненияСледить за правильной сменой мест в колонне и за соблюдением дистанцииУпражнения выполняются по диагонали «Налево в колонну по два - МАРШ!» Комплекс упражнений выполняется под музыку.Следить за правильным выполнением упражнений, за положением рук, ног, амплитудой движения.Контролировать правильное выполнение упражнений на восстановление дыхания | Построение в одну шеренгу.Дежурный сдает рапорт учителю.Во время рапорта класс стоит по стойке смирно.1.Расчет выполняется с поворотом головы налево.2. Первые номера стоят на месте.На счет 1 – вторые номера делают шаг левой впередНа счет 2 – вторые номера делают шаг правой в сторонуНа счет 3 – приставить ногу 3.Все действия выполняются в обратном порядке.Следить за осанкой, положением рук и головы.Ученики в движении рассчитываются на первый - второй. По команде учителя "Смена мест (вторые)" ученики под номером два обходят слева учеников под номером один и становятся перед ними и продолжают движения в колонне. По команде учителя "Смена мест (первые)" ученики под номером один обходят слева учеников под номером два и становятся перед ними и продолжают движения в колонне.Спина ровная, следить за осанкойКаждый второй в колонне подает команду – «МАРШ!».Ученики выполняют упражнения, повторяя за учителем.Восстановить дыханиеСдать инвентарь | Постановка учебной цели занятия (Р)Умение правильно выполнять двигательное действие(Р)Умение организовать собственную деятельность (Р)**.**Умениераспознавать и называть двигательное действие(Пр)Понимание необходимости выполнения упражнений на профилактику плоскостопия.Понимание необходимости выполнения упражнений для развития координации (л).Умение правильно выполнять упражненияУмение перестраиваться и слышать команды одноклассникаУмение правильно выполнять упражнения с предметом(К)Запомнить упражнения(ПР)Умение видеть и чувствовать красоту движения (Л)Умение правильно выполнять упражнения на восстановление дыхания, умение организованно сдать инвентарь |
| **2** | **Основной этап (24 мин).** **Акробатические упражнения*****1. И.П. - основная стойка спиной к матам***1- упор присев 2- перекат назад в группировку3- упор присев4- И.П.***2. Кувырок вперед*** ***3. Кувырок назад******4. Перекат назад в стойку на лопатки******5. Мост из положения лежа******Выполнить связку из 2-х случайно выбранных элементов******Эстафеты с элементами гимнастики***1 - прыжки через скакалку2 - бег с гимнастической палкой3- эстафета с мячами | Закреплять знаний по двигательным действиям и исходным положениям Соотносить задания учителя с двигательными действиями учеников.Развитие умения давать оценку двигательным действиям.Создание ситуации эмоциональной разрядки.Развивать быстроту и ловкость. | Повторение ранее изученных акробатических элементов.Класс разделен на две группы. Учащиеся стоят друг напротив друга в парах. Между каждой парой один гимнастический мат. На 1 - 4 счет выполняют - первые номераНа 5 - 8 счет выполняют вторые номераВторые номера переходят и становятся за первыми.Во время кувырка выполнять группировкуСоблюдать последовательность выполнения кувырковУпражнение выполняется по очереди. Первый номер выполняет - второй стоя сбоку от мата выполняет страховку( поддерживает ноги)Упражнение выполняется по очереди. Первый номер выполняет - второй стоя сбоку от мата выполняет страховку( поддерживает ученика за поясницу)Раздать каждой паре карточку с заданием: 1. КУВЫРОК ВПЕРЕД - КУВЫРОК НАЗАД2. КУВЫРОК ВПЕРЕД - ПЕРЕКАТ НАЗАД В СТОЙКУ НА ЛОПАТКИ3. КУВЫРОК НАЗАД - МОСТ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ ЛЁЖАКласс перестраивается в две колонны по одномуПервый ученик выполняет прыжки через скакалку с продвижение вперед - обегает стойку и возвращается обратно, передает скакалку следующему.Первый ученик бежит с гимнастической палкой в руке - обегает стойку - возвращается обратно и с следующим учеником берут палку за края проносят по ногами всей колонны, первый остается в конце колонны. Следующий выполняет тоже самое. Последний - возвращается и отдает палку первому. И.П. широкая стойка ноги врозь. Мяч в руках у первого учащегося. По сигналу учителя он передает мяч по полу между ногами, последний берет мяч в руки и бежит в начало колонны. | Умение технически правильно выполнять двигательное действие (Р).Умение выявлять ошибки при выполнении перекатов и группировок(Р)Умение работать в парах (К)Умение давать оценку двигательным действиям партнёра (Р)Умение организовать собственную деятельность (Р)Умение работать в команде(К)Уважительное отношение к противнику(Л)Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л).Умение проявлять дисциплинированность (Л) |
| **3** | **Заключительный этап (4 мин).**Построение классаИгра на внимание: «Карлики - Великаны».Домашнее задание.Подведение итогов урока.Организованный уход из зала. | «Класс, в одну шеренгу - СТАНОВИСЬ!»Следить за соблюдением правил игры.Составить комплекс утренней гимнастики для формирования правильной осанки из 5-6 упражненийОтметить лучших, обозначить недостатки.«Класс, на выход шагом - МАРШ!» | Учащиеся строятся в одну шеренгуВыполняются только словесные команды, не обращая внимание на отвлекающие движения. | Умение организовывать коллективную совместную деятельность (К).Умение правильно выполнять совестные команды (Р)Умение применять полученные знания в организации режима дня(Р). |