

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ
«ОЦ «Южный город» пос. Придорожный
В.М. Кильдюшкин
« 16 » ноября 2020г

Конспект урока физической культуры для 7 «Е» класса

Учитель: Саблин Сергей Владимирович

ГБОУ СОШ ОЦ «Южный город»

Класс: 7

Предметная область: физическая культура

Тема урока: «Акробатика. Кувырок вперед, назад»

Дата 16.11.2020 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, пережат, 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 положительные отношения к занятиям двигательной деятельностью для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

Основные понятия: акробатика, группировка, пережат, кувырок вперед, назад

Деятельность учителя	Деятельность ученика	
<p>1. Организационный момент. 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>2. Актуализация знаний. <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</p>	<p>Слушают и обсуждают тему урока.</p> <p>Слушают наводящие вопросы учителя, выполняют задания учителя.</p> <p>Настрой на урок. Самооценка готовности</p>	

координация и какое значение она имеет для физической подготовки человека. Предлагает творчески подходить к выполнению акробатических упражнений.

* класс «Равняйся!», «Смирно!», «По порядку номеров рассчитайсь!»

* выполнение строевых упражнений /повороты налево, направо, кругом на месте/

Повторение правила Т/Б на уроках гимнастики

* направо, ходьба по залу с дистанцией 2 шага на носках (руки на пояс, спина прямая).

* на пятках (руки за головой, спина прямая)

* бег в равномерном темпе

Выполнение команд.

Построение и перестроение. Даёт команды: «На первый – второй рассчитайсь!», «Первые – один шаг, вторые – четыре шага вперед шагом марш!», «На руки в стороны разомкнись!».

* Комплекс ОРУ со скакалкой

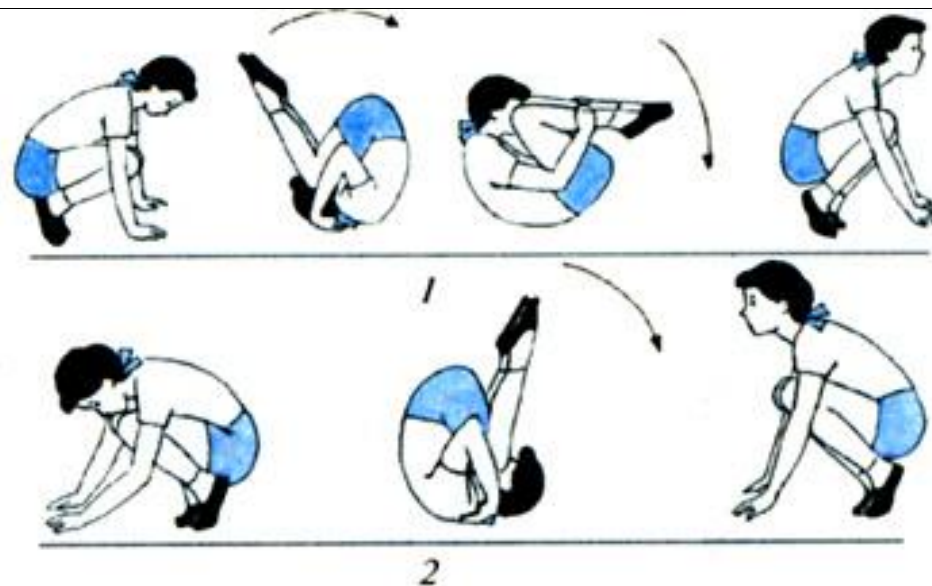
3. Применение теоретических положений в условиях выполнения упражнений и решение задач

Объяснение учителем техники

к уроку.

Выполняют упражнения. Во время движения по кругу выполняют дыхательные упражнения.

Образно воспринимать двигательное действие, выделяя более сложные элементы техники



правильного выполнения упражнения и показ более подготовленным учеником кувырка вперед, назад.

4. Изучение нового материала.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться возле матов.

Проводит подготовительные упражнения:

* группировка из положения упор присев,

* перекаты в группировке,

* перекат в группировке с опорой рук.

(Повторить 4–6 раз.)

Обратить внимание на положение головы.

Выполнение элемента со страховкой.

Объясняет технику выполнения.

Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

*Кувырок вперед, назад

Выполнение элемента со страховкой.

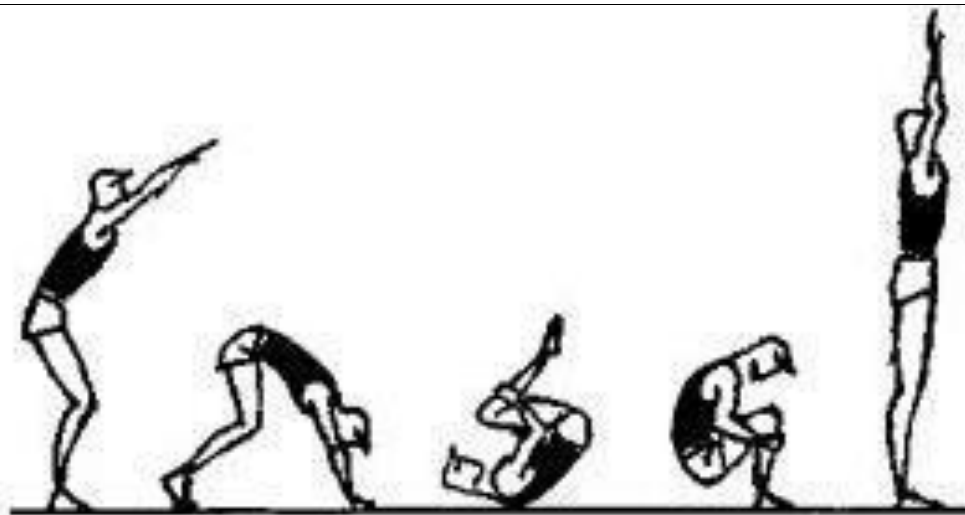
5. Самостоятельное творческое использование сформированных УУД.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности, страховку,

выполнения упражнения

Слушают, выполняют упражнение
Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Выполняют учебные действия, используя речь для регуляции



самостраховку.

И.п. – упор присев

1 – группировка

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

своей деятельности.

Слушают, выполняют упражнение

Выполняют упражнения.

Выполняют дыхательные упражнения

Выполняют игру.

Оценить процесс и результаты своей деятельности

Отвечают на вопросы.

Определяют свое

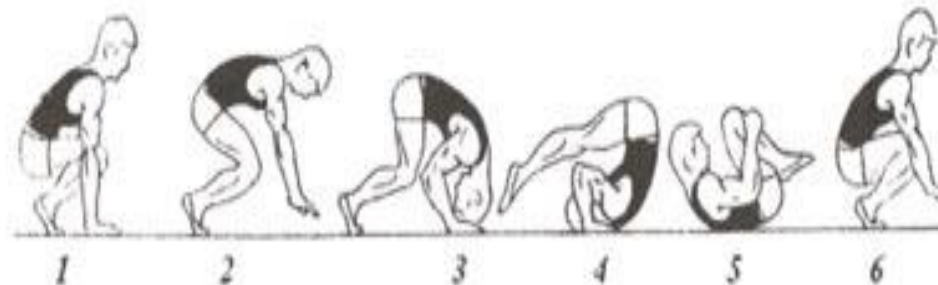


Рисунок 1 - Кувырок вперед

дисциплина.

Обобщить полученные на уроке сведения. Проводит беседу

по в о п р о с а м :

- 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

эмоциональное состояние на уроке.

Осуществлять контроль и самоконтроль, ставят оценку.

Соединение элементов техники кувырка вперед



--	--	--