

## Конспект урока физической культуры для 5 класса

**Учитель:** Кузнецова Екатерина Алексеевна

**ГБОУ ООШ №11 г.о. Новокуйбышевск**

**Класс:** 5

**Предметная область:** физическая культура

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

**Дата** 27.03.2014 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

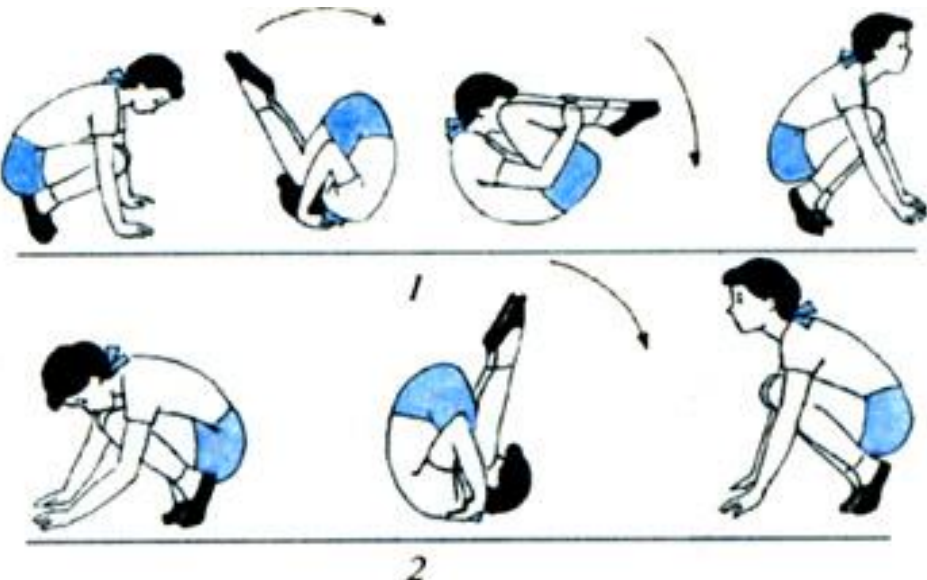
**Учебные задачи, направленные на достижение предметных результатов обучения:**

- 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 отношение к занятиям двигательной деятельностью для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

**Основные понятия:** акробатика, группировка, перекал, 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 подходить к выполнению акробатических упражнений.                      * класс «Равняйся!», «Смирно!», «По</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>	

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**

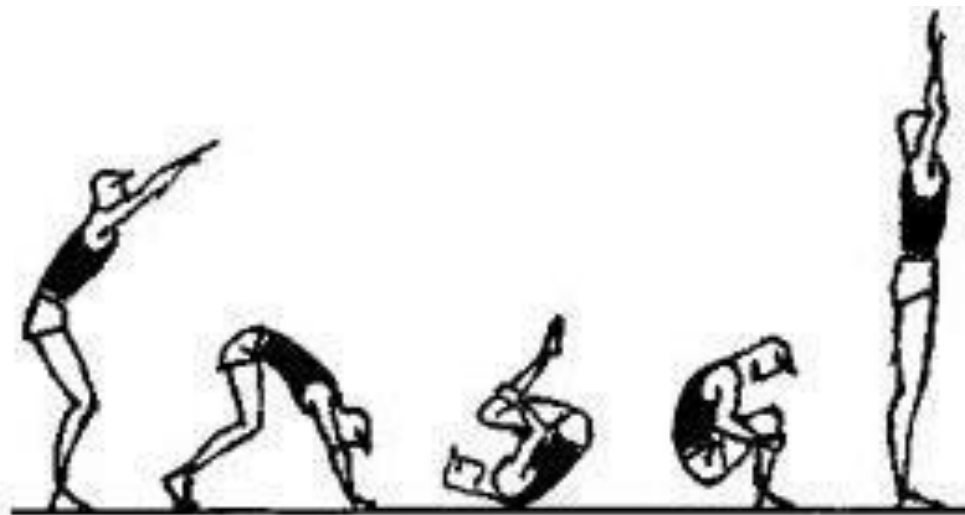
Объяснение учителем техники правильного выполнения упражнения и показ более подготовленным учеником кувырка вперед, назад.

### **4. Изучение нового материала.**

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

Образно воспринимать двигательное действие, выделяя более сложные элементы техники выполнения упражнения

Слушают, выполняют



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, самостраховку.

И.п. – упор присев

1 – группировка

2 – перекат в группировке.

И.п – группировка сидя – перекатом назад – вперёд в упор присев.

упражнение  
Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Выполняют учебные действия, используя речь для регуляции своей деятельности.

Слушают, выполняют упражнение

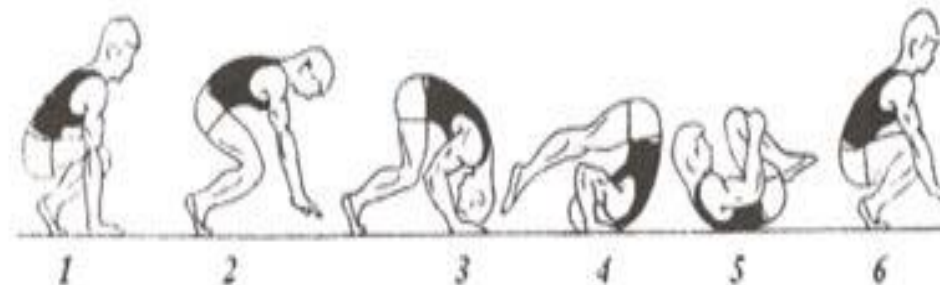


Рисунок 1 - Кувырок вперед

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

по в о п р о с а м :

- Чему новому Вы сегодня научились?

– Какие упражнения для развития

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 вперед



гибкости вы знаете?

– Как правильно выполнить  
диафрагмальное дыхание?

*/отвечают по поднятой руке/*

Похвалить всех детей, выделить  
особо отличившихся. Домашнее  
задание