

Конструкт урока по физической культуре во 2 классе с учетом ФГОС

Раздел: Спортивные игры (Баскетбол)

Тема: Эстафета с элементами баскетбола

Цель урока: закрепление техники выполнения передачи и передвижения с баскетбольным мячом.

Задачи урока

1. *Образовательная:* закрепить технику выполнения передачи и передвижения баскетбольного мяча через эстафеты;
2. *Развивающая:* развивать физические качества: ловкость и быстроту через эстафеты с элементами баскетбола.
3. *Воспитательные:* воспитать чувства товарищества и взаимопонимания при работе в группах, а также самостоятельность.

Тип урока: Закрепление

Место проведения: спортивный зал

Инвентарь: баскетбольные мячи, фишки, конусы, музыкальная колонка, обручи, гимнастические скамейки.

Учитель: Денисова Кристина Игоревна

Часть урока	Содержание	Дозировка	Организационно методические указания	Универсальные учебные действия
Подготовительная часть урока 5-8мину	1. Построение в шеренгу. Приветствие, сообщение цели и задач урока. 2. Строевые упр-ия на месте (повороты в разные стороны)	1 мин 1 мин	Донести до обучающихся основную информацию урока. Обратить внимание на своевременное выполнение действий. <u>Фронтальная форма</u> <u>Словесный метод:</u> объяснение, беседа, приветствие. «Здравствуйте учащиеся 2-го класса» <u>Наглядный метод:</u> показ; <u>Практический метод:</u> целостно конструктивный.	Познавательные: выявить связь занятий ф.к с учебной и трудовой деятельностью.
	3. Разминка в движении под музыкальное сопровождение А. Бег в медленном темпе; -Бег с высоким подниманием бедра; -Бег с прямыми ногами;	2 мин	<u>Фронтальная форма</u> <u>Словесный метод:</u> объяснение, <u>Наглядный метод:</u> показ; <u>Практический метод:</u> целостно конструктивный. При беге в медленном темпе дистанция между обучающимися 1 м, взгляд направлен вперед, руки работают разноименно, но	Коммуникативные: Контролировать действия в коллективной работе.

	<p>Б. Восстановление дыхания руки верх/вниз; В. Ходьба на носках;</p> <p>Г. Ходьба на пятках;</p> <p>Д. Ходьба на внешней стороне стопы</p>	<p>30сек</p> <p>30сек</p> <p>30сек</p> <p>30сек</p>	<p>согласованно вместе с ногами -При высоком поднимании бедра колено согнуто в коленном суставе на 90*, приземление происходит на переднюю часть стопы, руки работают разноименно но согласовано вместе с ногами, локти согнуты в локтевом суставе на 90*. -При беге на прямых ногах носок тянется вперед, ноги не сгибаются в коленном суставе, приземление стопы происходит на переднюю часть стопы, корпус слегка наклонен вперед.</p> <p>При поднимании рук вверх-вдох, на верху выполнять выдох. При ходьбе на носках макушка с руками тянется вверх, спина прямая взгляд направлен вперед, пятка не соприкасается с поверхностью пола.</p> <p>При ходьбе на пятках спина прямая, руки на поясе, взгляд направлен вперед, таз находится в одном положении со спиной (так не пятится назад).</p> <p>Макушка тянется на верх, руки на поясе, движение происходит на внешней стороне стопы, колени при этом всегда согнуты в коленных суставах.</p>	
	<p>4. ОРУ в движении под музыкальное сопровождение 1. Руки к плечам круговые движения вперед/назад;</p> <p>2. Руки в стороны, круговые движения в локтевом суставе вперед/назад</p>	<p>8раз</p> <p>8раз</p>	<p>Спина прямая, взгляд направлен вперед, дистанция между обучающимися минимум 1 метр, выполняется строго под счёт учителя.</p> <p>Макушка тянется верх, спина прямая, взгляд вперед, локти</p>	<p>Регулятивные: регулировать дистанцию при выполнении ОРУ в движении</p>

	<p>3.Руки в стороны, круговые движения в лучезапястных суставах вперед/назад</p> <p>4.Руки в «замок» волновые движения в правую/левую стороны;</p> <p>5.Хлопки руками под темп учителя.</p> <p>6.Выпад с поворотами туловища в стороны</p>	<p>8раз</p> <p>8раз</p> <p>8раз</p> <p>8раз</p>	<p>параллельно полу, строго под счёт учителя.</p> <p>Макушка тянется вверх, спина прямая, взгляд вперед, строго под счёт учителя. При волновых движениях в лучезапястных суставах не выполнять резкие движения, всё происходит плавно, строго под счёт учителя</p> <p>При хлопках соблюдать темп и ритм музыкального сопровождения, а так же учителя, макушка тянется вверх, спина прямая.</p> <p>При выпадах впереди стоящее колено составляет 90*, пятка позади стоящей ноги направлена в потолок, спина прямая, выдох при подъеме и смене положения ног, при поворотах туловища руки перед грудью, макушка тянется наверх, плечи оторваны от ушей, взгляд направлен вперед.</p>	
Основная часть урока 20-25 мин	<p>Построение перестроение: «Через центр в 3-4 колонны марш!»</p>	1мин	<p><u>Фронтальная форма</u> <u>Словесный метод:</u> рассказ, объяснение, <u>Наглядный метод:</u> создать представление о технике выполнения эстафеты с элементами баскетбола через показ одного из обучающихся <u>Практический метод:</u> целостноконструктивный. При выполнении заданий в виде эстафет обучающиеся должны соблюдать технику безопасности; друг друга не пихают и не толкают.</p>	<p>Познавательные: ориентироваться в разнообразии выполнения условий эстафет. Регулятивные: уважительное отношение к своим товарищам и соперникам. Коммуникативные: взаимодействовать в группах при выполнении эстафетных заданий</p>

	<p>1 Эстафета ведение мяча змейкой через фишки.</p> <p>Обучающийся ведет мяч в полуприсяде, ведя мяч удобной для него рукой.</p>	1 раз	При ведении мяча взгляд направлен на мяч, колени мягкие, макушка тянется вверх, уши оторваны от плеч, спина прямая. Побеждает команда справившаяся с данной эстафетой быстрее.	Личностные: Внимательно относиться к собственным переживаниям при допущенных ошибках.
	<p>2.Эстафета передача мяча в колонне + ведение мяча.</p> <p>Обучающийся передаёт мяч последнему участнику, последний выбегает с мячом оббегает стойки становится впереди товарищей и выполняет то же самое.</p>	1 раз	При передачи мяча строго наблюдать за мячом, быть внимательными, спины прямые, руки наверху, слегка согнуты в локтевых суставах, уши оторваны от плеч. Эстафета начинается строго по команде учителя	Познавательные: ориентироваться в разнообразии условий выполнения эстафет.
	<p>3 Эстафета «Ведение двух мячей». По команде учителя обучающиеся в полу-приседе начинают вести два мяча двумя руками до стоек и обратно. Побеждает та команда, которая справится с данным заданием быстрее всех.</p>	1 раз	Уши оторваны от плеч, взгляд направлен на мячи, колени всегда согнуты в коленном суставе на 90*, спины прямые, пальцы растопырины.	Коммуникативные: осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время выполнения сложных заданий.
	<p>4.Эстафета «Волна». По команде учителя обучающиеся встают на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Первый участник передают мяч снизу между ногами, 2 принимает и передают сверху наклоняясь назад.</p>	1 раз	При переразгибании позвоночника движение выполняется плавно, без резких движений, при наклоне спина прямая, а не круглая, побеждает команда, которая выполнит данное задание быстрее всех.	Регулятивные: бережное отношение к спортивному инвентарю и соблюдение правил по технике безопасности.
	<p>5.Эстафета с ведением мяча по гимнастической скамье.</p> <p>Обучающийся начинает движение в полу-приседе до гимнастической скамьи, кладет мяч на скамью, между ногами гимнастическая скамья и выполняет ведение удобной для него рукой. Запрещено выполнять ведение двумя руками!</p>	1 раз	При ведении мяча по гимнаст.скамье между ногами находится гимнастическая скамья. Задача катить баскетбольный мяч таким образом, что бы он не упал, докатить мяч до фишки обогнув фишку и вернуться обратном таким же способом. Стопы работают строго на передней части, колени слегка согнуты в коленных суставах.	Личностные: формировать силу и быстроту при выполнении физически сложных упражнений.

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Заключительная часть урока</p> <p style="text-align: center;">5 мин</p>	<p>Построение перестроение. «Класс в одну шеренгу становись!»</p>	1 мин	<p><u>Фронтальная форма</u> <u>Словесный метод</u>: опрос, беседа.</p>	
	<p>Подведение итогов урока</p>	1 мин	<p>Выявление победителей.</p>	
	<p><u>Игра-рефлексия</u>: «Так делают только у нас!»</p> <p><u>Рефлексия «Цветовой круг»</u> 1. Ребята, оцените себя, как Вы выполняли задания и упражнения на уроке. Займите, пожалуйста, места в кругах. 1. Если Вы считаете, что теперь можете выполнять упражнения без помощи учителя, встаньте в зелёный круг. 2. Если Вы считаете, что сегодня старались выполнить упражнения без ошибок, встаньте в белый круг. 3. Если Вы считаете, что ещё хотите поработать с учителем, чтобы выполнить эти упражнения, встаньте в красный круг.</p> <p>Домашнее задание Найти: какие существуют общеразвивающие упражнения с баскетбольным мячом, обсудим это в начале следующего урока.</p> <p>Подведение итогов «Спасибо ребята, все хорошо поработали!» -В одну шеренгу становись! -Направо *Организованный уход со спорт.зала, проведение учащихся до кабинета учителя.</p>	3 минут ы	<p>Обучающиеся выбирают тот обруч, который покажется для них ближе всего. При этом не должны подвергать выбора других обучающихся.</p>	<p>Личностные: Умение дать самооценку собственной деятельности.</p> <p>Регулятивные: Проводить самоанализ выполненных упражнений</p>