**Конспект урока по физической культуре для 2 класса в соответствии с ФГОС "Техника кувырка вперед в группировке. Стойка на лопатках"**

**Ф. И. О. педагога:** Альмурзаева А.И

**Класс:** 2в

**Место проведения:** спортивный зал

**Время проведения:** 45 минут

**Раздел:** Гимнастика с элементами акробатики.

**Тема урока:** Техника кувырка вперед в группировке. Стойка на лопатках.

**Цель:** совершенствование техники кувырка вперед в группировке, стойки на лопатках.

**Планируемые достижения обучающихся:**

***предметные:*** владеть техникой кувырка вперёд, стойки на лопатках, совершенствовать группировки и перекаты в группировках;

***метапредметные:***

**регулятивные:** самостоятельно формулировать и сохранять целевые установки урока, выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; осуществлять самоконтроль, коррекцию и самооценку своих действий по освоению алгоритма кувырка вперёд, стойки на лопатках;

**познавательные:** создать пошаговый алгоритм выполнения двигательных навыков - кувырка вперёд, стойки на лопатках; учить анализировать действия при выполнении кувырка вперёд, стойки на лопатках; самостоятельно формулировать выводы;

**коммуникативные:** формулировать собственное мнение; использовать речь для регуляции своих действий;

***личностные:***

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели; проявлять мотивацию к изучению действий при выполнении кувырка вперёд, стойки на лопатках.

**Тип урока:** Комби­нирован­ный

**Технологии:** Здоровьесбережения, проблем­ного обучения, развивающего обучения.

**Задачи:**

1. Способствовать постановки учащимися целей и задач урока по совершенствованию техники стойки на лопатках, кувырка вперёд.
2. Подготовить необходимые группы мышц с помощью комплекса ОРУ для освоения обучающимися действий по выполнению кувырка вперёд, стойки на лопатках.
3. Обеспечить условия, для создания обучающимися пошагового алгоритма кувырка вперёд, стойки на лопатках.
4. Организовать самоанализ, самооценку и коррекцию действий по освоению техники кувырка вперёд, стойки на лопатках.

**Оборудование и инвентарь:**

Гимнастические маты (2 дорожки по 5-6 матов), указка, методические наглядные пособия (техника выполнения кувырка вперёд, техника выполнения стойки на лопатках), 3 разных по цвету обруча, музыкальный центр, диски с музыкой.

**Содержание и технология урока:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этапы урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** | **УУД** |
| 1. Вводно-мотивационный этап  (2-3 мин) | Построение в шеренгу. Равняйсь, смирно!  - Мы начнём наш урок с того, что попробуем отгадать, чем будем заниматься. Послушайте загадку:  Лента, мяч, бревно и брусья,  Кольца с ними рядом.  Перечислить не берусь я  Множество снарядов.  Красоту и пластику,  Дарит нам...  - Какие гимнастические упражнения вы знаете?  - Среди перечисленных вами гимнастических упражнений давайте попробуем отработать кувырок вперед и стойку на лопатках.  - Какую цель урока обозначим сегодня?  - Давайте, вместе определим, какая последовательность действий необходима для достижения данной цели? | Построение в одну шеренгу, сообщение задач урока.  Дети отгадывают загадку  (гимнастика)  (перекаты, кувырки, стойки, мост …)  (будем кувыркаться, выполнять стойки)  Дети планируют предстоящую деятельность на уроке:  1) Провести разминку перед выполнением кувырка, стойки.  2) Выяснить и разучить последовательность движений техники кувырка вперед, стойки на лопатках.  3) Рассмотреть ошибки при выполнении кувырка вперед и стойки на лопатках. | Поставить цель, учебные задачи, наметить план для изучения новых действий при выполнении кувырка вперед и стойки на лопатках  Регулятивные (целеполагание как постановка учебной задачи,  планирование)  - Создать пошаговый алгоритм выполнения двигательного навыка – кувырка вперед, стойки на лопатках. |
| 2. Подготовительный этап  (10 мин)  3 минуты | - С чего начинаем осуществление плана?  Для чего мы это сделаем?  Итак, первый пункт плана – разминка.  1. Класс равняйсь, смирно! По порядку номеров рассчитайсь!   1. Строевые упражнения:  * Повороты «На-лево! На-право! Кругом!»; * Расчёт на первый-второй; * Перестроение из 1 шеренги в 2; * Перестроение из 2, в шеренгу по 1; * Поворот На-право!  1. В колонне по одному «бегом марш!»   Учителю следует следить:  - за осанкой;  - за правильностью и точностью выполнения действия;  - следить за дистанцией.  4. Ходьба по кругу с восстановлением дыхания.  \* Построение в шеренгу.  \* Перестроение из 1 шеренги в 2;  \* Первая шеренга вперёд шагом марш, на вытянутые руки разомкнись!  \* Вторая шеренга на вытянутые руки разомкнись!  Ребёнок читает стихотворение.  - Вот мы с вами выполним зарядку.  Проводится комплекс ОРУ под музыку с учителем и помощниками.  Подведение итогов комплекса. (оценки некоторым детям). | - Надо начать с разминки, чтобы подготовить наши мышцы к предстоящей работе.  Выполнение действий.  Дети бегут по залу под музыкальное сопровождение в течение 2 минут.  Восстановление дыхания.  Соблюдают интервал.  Кто с зарядкой дружит смело,  Кто с утра прогонит лень,  Будет смелым, и умелым,  И весёлым целый день.  По порядку стройся в ряд,  На зарядку все подряд!  Дети выполняют разминку под музыкальное сопровождение «Весёлая зарядка» | Познавательные (логические)  Регулятивные (контроль, самоконтроль) |
| 3. Основной этап  (25 минут)  Построение. | Дети стоят на месте лицом к наглядным пособиям.  - Вспомним, какой 2 пункт нашего плана?  Рассмотрим последовательность движений техники кувырка вперёд (рассматривают изображения)  ***На стене размещено наглядное пособие***  ***«Техника выполнения кувырка вперёд».***  Последовательность движений кувырка вперед:   1. Упор присев; 2. Перекат вперед; 3. 4. Группировка;   5. Упор присев.  - Назовите виды группировок в данной технике.  - Где в обычной жизни мы с вами применяем группировку?  Повтор и закрепление детьми порядка действий при кувырке вперёд.  (дети называют)  - Попробуем отработать упражнения.  Ученики садятся на скамейки, надевают чешки.  1 номера подходят на первую дорожку, 2- на вторую, становятся лицом к матам.  По команде учителя одновременно начинают выполнять упражнения под счёт.  - Но сначала выполним несколько подводящих упражнений.  **Подводящие упражнения**:  - Из каких положений выполняется группировка?  И. П. – упор присев с опорой руками впереди стоп.  1, 2, 3 - перекат назад, подтягивая колени руками к груди (хват руками за голень, ниже коленного сустава);  4 – и. п.  И. П. – сед, ноги вместе, руки касаются мата;  1 – сделать группировку сидя;  2, 3 – перекат назад, вперед;  4 – и. п.  И. П. – лечь, ноги вместе, руки касаются мата;  1 – сделать группировку лёжа;  2, 3 – перекат назад, вперед;  4 – и. п.  ***Перед выполнением кувырка давайте вспомним технику безопасности***  Провести инструктаж по технике безопасности для выполнения кувырка вперед.  При выполнении кувырка вперёд следует помнить:   * + 1. в упоре присев тяжесть тела не переносим на шею и голову.     2. не мешать и не помогать ученику, выполняющему упражнения, не задевать друг друга при выполнении кувырка.   ***Выполнение техники кувырка вперёд***  1 ребёнок демонстрирует кувырок вперёд, а учитель комментирует последовательность действий.  Кувырок вперёд выполняется из положения упора присев. После группировки нужно оттолкнуться ногами и перевернуться через голову, прижимая подбородок к груди, вернуться в исходное положение упор присев.  Затем кувырок вперёд выполняют дети. Следить за выходом из кувырка и группировкой.  Кувырки выполняются поточным способом.  3 пункт нашего плана был следующим: рассмотреть ошибки при выполнении кувырка вперед.  - Какие ошибки были допущены при выполнение данного упражнения?  - Какие затруднения испытывали?  **Дети подходят к изображениям.**  ***На стене размещено наглядное пособие***  ***«Выполнение стойки на лопатках»***  Рассмотрим последовательность движений стойки на лопатках (рассматривают изображения)  ***Разберём технику выполнения стойки на лопатках.***   1. упор присев; 2. группировка; 3. перекат на спину в группировке; 4. руки подставлены под спину; 5. стойка на лопатках (ноги поднять вверх, выпрямить, носки натянуты)   Объяснить виды группировок в данной технике. (дети называют)  Повтор и закрепление детьми порядка действий при выполнении стойки на лопатках. (дети называют)  - Попробуем отработать упражнения. Ребёнок демонстрирует стойку на лопатках, а учитель комментирует последовательность действий.  ***Отрабатываем выполнение стойки на лопатках.***  **Раз** – в «упор присев», **два** - перекат на спину в группировке**, три -** ноги поднять вверх, выпрямить, **четыре** - развести, **пять** - свести, **шесть** - согнуть в коленях, **семь** - перекат, в исходное положение упор присев, **восемь** - красиво встать.  Выполняем под счёт  Рассмотрим ошибки при выполнении стойки на лопатках.  - Какие ошибки были допущены в выполнении данного упражнения?  - Какие затруднения испытывали?  **А теперь попробуем соединить все упражнения**  ***соединяем всё вместе в комбинацию***  *-* красиво встать, основная стойка - пятки вместе, носки полуразвёрнуты, поднять руку вверх, кувырок вперёд, ещё кувырок вперёд, из упора присев, стойка на лопатках, ноги развести, свести, согнуть, в упор присев, встать красиво.  За работу на уроке некоторым учащимся поставить оценки. | Выяснить и разучить последовательность движений техники кувырка вперед.  Выявить и создать алгоритм кувырка вперед.  дети внимательно слушают учителя и рассматривают картинки  в упоре присев  при падении пытаемся сгруппироваться  В приседе,  сидя,  лёжа на спине  Дети выполняют упражнения по команде учителя  Следить за основной стойкой, подходом к гимнастическому мату, упором присев, страховка учителем, исправление ошибок.  В приседе и лёжа на спине  Ответы детей.  Дети называют общие ошибки при выполнении кувырка вперед:  1. Откинутая голова назад;  2. Неправильный захват руками голеней;  3. Отсутствие движения вперед, вследствие слабого отталкивания ногами и руками;  4. Неплотная группировка и поэтому прямая спина.  Учащиеся сами анализируют: почему не получился кувырок, если не знают, то «прибегают» к помощи одноклассников. | Регулятивные (удержание цели и задач урока)  Регулятивные (коррекция)  Выявить и создать алгоритм кувырка вперед, стойки на лопатках осуществлять действия контроля и самоконтроля в ходе владения техникой кувырка вперед.  **3 пункт плана**  Рассмотреть ошибки при выполнении кувырка вперед  Выяснить и разучить последовательность движений техники кувырка вперед.  - Попробуем отработать такие упражнения, как кувырок вперёд и стойка на лопатках.  Группировка — положение с плотно согнутыми к груди ногами и наклоненной на грудь головой. Плотность группировки увеличивается за счет захвата кистями рук за середину голеней. В момент захвата колени следует развести так, чтобы подбородок оказался между ними.  Группировка сидя (рис. 1, а). И. п.— сед с опорой на руки. 1—2 — группировка; 3—4 — и. п. То же, но на каждый счет. То же, но из положения, лежа на спине.  Группировка в приседе. И, п.— упор присев. 1—2 — группировка в приседе на носках; 3— 4 — упор присев. То же, но на каждый счет. То же, но из основной стойки (о,  с.) приседая.  Группировка лежа на спине (рис. 1, б). И. п.— лежа на спине, руки вверху. 1—2 — группировка, поднимая согнутые ноги и таз; 3—4 — и. п. То же, но в более быстром и максимально быстром темпе.  Умение дать самооценку собственной деятельности (Л)  Примеры самооценки детей:  -Я считаю, что теперь я могу выполнять упражнения без помощи учителя;.  -Я сегодня старался выполнить упражнения без ошибок;.  -Я ещё хочу поработать с учителем, чтобы выполнить эти упражнения. |
| Игра «Совушка» (4 -5 минуты) | ***Правила игры.***  Звучит команда «День»- все бегают, веселятся, «Ночь» - выполняют любую группировку и не шевелятся. Если сова увидела, что кто-то двигается, то этот человек выходит из игры. |  | Регулятивные (удержание цели и задач урока). Познавательные (общеучебные: извлечение и представление информации)  Регулятивные (контроль и самоконтроль)  Познавательные (логические: анализ)  Регулятивные (самооценка) |
| Заключительный этап  (5 мин)  Рефлексивно-оценочный  Задание для обучающихся:  Учиться оценивать свои действия.  Домашнее задание  (2 мин) Осуществлять выбор задания. | Построение в шеренгу.  - Скажите, чем мы занимались на уроке?  - Каких поставленных целей мы достигли?  - Что у вас получилось?  - Продолжите предложение «У меня сегодня получилось…»  - Над чем бы каждый хотел поработать?  - Что бы вы хотели выполнить еще раз?  - Какие задачи поставим на следующий урок?  - Сегодня что нового узнали?  - В чём трудность?  - Вы сегодня хорошо справились, но на следующем уроке мы еще потренируемся, и будем сдавать на оценку технику кувырков вперёд.  Выставление оценок за работу на уроке.  Нарисовать, на что или на кого ты похож, когда выполняешь кувырок вперед и стойку на лопатках. | Отработать кувырок вперёд, стойку на лопатках  ответы детей  Дети осуществляют задания | Общеучебные (поиск и извлечение информации). |
| **«Цветовой круг»**  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 **синий** круг.  3. Если Вы  считаете, что ещё хотите  поработать с учителем, чтобы выполнить эти упражнения, встаньте в **красный**круг. |  | Формирование самооценки. | Умение дать самооценку собственной деятельности (Л)  Примеры самооценки детей:  -Я считаю, что теперь я могу выполнять упражнения без помощи учителя;  -Я сегодня старался выполнить упражнения без ошибок;  -Я ещё хочу поработать с учителем, чтобы выполнить эти упражнения. |

**Стихотворение**

Кто с зарядкой дружит смело,

Кто с утра прогонит лень,

Будет смелым, и умелым,

И весёлым целый день.

По порядку стройся в ряд,

На зарядку все подряд!