

План - конспект
урока по гимнастике в 5 классе по ФГОС

Разработан: учителем физической культуры: Яремин Д.Н

Класс: 5

Тема: гимнастика

Цель: совершенствование знаний и умений двигательных навыков.

Задачи:

Образовательные: 1. Повторение акробатической элементов.

2. Разучивание акробатических комбинаций

Оздоровительные: 3. Укрепление здоровья, содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

4. Развитие координационных способностей.

Воспитательные: 5. Содействовать формированию чувства ответственности, коллективизма, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями, развивать интеллект.

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь: гимнастические маты, гимнастические палочки, волейбольный мяч.

Этап	Деятельность	Деятельность учащегося			
образовательного процесса	учителя	Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6
Подготовительный(15минут) 1.Построение -Какие качества развивает физическая культура? -Как вы думаете, зачем человеку необходимо делать утреннюю гимнастику? - Какие физические качества развиваются на гимнастике. 2. Ходьба - на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, на внутренней, в полуприсяди, в низком присяди. 3. Бег. 4. Перестроение в три шеренги.	Подвести учащихся к задачам урока, настроить на урок. Обратить внимание на внешний вид. Информационная технология. Следить за осанкой. Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.	Формирование интереса. Установить роль разминки при подготовке организма к занятию с предметами. Здоровьесберегающая технология. Уточнить влияние разминки на все группы мышц. Правильное и сознательное	Формирование интереса. Активное участие в диалоге с учителем. Адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению	Весь класс во фронтальном режиме слушает учителя. Планировать путь достижения цели, ставить познавательные задачи. Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых	Обсудить ход предстоящей разминки. Освобождённые, работают с тестом по пройденному материалу. (приложение) Личностно-ориентированная технология. Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие

5. ОРУ с гимнастическими палочками. Упражнения для головы (повороты, вращения, наклоны). Упражнения для рук (растягивание, вращения). Упражнения на туловище (на гибкость). Упражнения на ноги (растяжка). Основной (25 мин) Акробатика 1. Группировка. 2. Кувырок вперед. 3. Стойка на лопатках. 5.Перекаты назад с выходом в стойку на лопатках. 6. Разучивание	При выполнении упражнений организуем анализ правильности выполнения упражнений учеником. Технология личностно-ориентированного образования. Показ и рассказ. Напомнить технику безопасности при	выполнение упражнений. Определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. Определять степень утомления организма во время учебной деятельности. Умение организовать собственную деятельность. Умение распознать и называть двигательное действие. Понимание необходимости	ошибок. Сознательное выполнение определенных упражнений. Выполняют команды учителя, контролируют свои действия согласно инструкции учителя. Умение	элементов. Умение сосредоточиться для достижения цели. Осуществлять актуализацию полученных ранее знаний, основываясь, в том числе и на жизненный	е при проведении разминки как со сверстниками, так и с учителем. Коммуникативная технология. Умение находить общий язык в коллективе. Взаимодействи
--	--	--	--	--	--

акробатической комбинации. (два кувырка вперед, выход в стойку на лопатках, группировка, выход прыжком в стойку). Заключительный (5 мин.) 1. Игра « Перестрелка» 2. Подведение итогов урока. . Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия. Учитель задает вопросы: - Кто сегодня старался выполнять поставленные задачи правильно поднимите правую руку на уровне плеча. - Кто соблюдал технику безопасности на уроке поднимите руку на уровне головы? - Кто работал дружно в группе, в команде поднимите руку вверх - оцените свою работу на уроке. Дать домашнее задание.	работе. Учитель помогает и поясняет при возникших вопросах. Учитель страхует. Напомнить правила игры. Технику безопасности в игре. Восстановить пульс, дыхание. Для того, чтобы сохранять и укреплять здоровье, необходимо знать, как работает организм. Важно соблюдать правила питания, тогда пищеварительная система будет	физических упражнений для здоровья. Умение проявлять дисциплинированность. Определять степень утомления организма во время игровой деятельности. Осознать необходимость домашнего задания	технически правильно выполнять упражнение. Осуществляют самоконтроль за состоянием своего организма. Умение сосредоточиться для достижения цели. Умение собраться, настроиться на деятельность. Осуществлять самоконтроль, Игровые технологии. Оценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя.	опыт. Умение выделять необходимую информацию Обсуждают работу на уроке.	е со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи Внимательное отношение к собственным переживаниям и переживаниям соперников. Умение активно включаться в коллективную деятельность. Умение применять полученные
---	--	---	--	--	--

Выставление оценок.	хорошо работать!			Оценивают свою деятельность.	знания в организации режима дня.
---------------------	------------------	--	--	------------------------------	----------------------------------