План-конспект урока по физической культуре во 2 классе

 учителя физической культуры Сущенко К.И.

**Тема урока**:  Эстафеты с предметами.

**Цель урока:** познакомить с правилами проведения эстафеты с предметами.

**Задачи урока:**

учить умению играть в команде; развивать быстроту и ловкость посредством подвижных эстафет с предметами; продолжить воспитывать требовательное отношение к себе.

**Тип урока**: ознакомление с новым материалом.

**Место проведения**: спортивный зал

**Инвентарь**: свисток,  баскетбольный мяч, скакалки, обручи, фишки, кубики.

**Планируемые результаты:**умеют проводить эстафеты с предметами; проявляют умение играть в команде; применяют быстроту и ловкость.

**Организационно - методические указания**

Вводно – подготовительная часть

1. Построение, приветствие.

2.Рапорт

3. Сообщение задач урока.

4. Строевые упражнения(повороты на месте: «направо», «налево», «кругом»).

5. Ходьба в чередовании с легким бегом.

6. Упражнения на месте

5 Мяч под ногами с ускорениями.

 Ход урока:

**Вводная часть**

1. Построение, приветствие, сообщение задач урока.
2. Ходьба с заданием (на носках – руки вверх; на пятках – руки за голову, на внешней стороне стопы – руки на пояс).
3. Бег с заданием (прямо, правым боком приставным шагом, левым боком приставным шагом, с высоким подниманием бедра, с захлёстом голени)
4. ОРУ в движении
	* И.п. - руки на пояс - Наклоны головы 1-влево, 2-вправо, 3-вперёд, 4-назад.
	* И.п. - руки к плечам 1-4 круговые вращения вперёд, 1-4 назад
	* И.п. - руки перед грудью, согнутые в локтях 1-2 рывки перед грудью согнутые в локтях, 3-4 прямыми руками в стороны
	* И.п. - руки за голову, «пальцы в замок» 1-2 поворот в правую сторону 3-4 в левую
	* И.п. - руки на пояс. Прыжки с продвижением вперёд.
	* Ходьба с восстановлением дыхания.
5. Перестроение для эстафет: класс делится на две команды, одна команда – «травоядные», другая команда – «хищники».

За каждую победу «травоядным» даётся банан, «хищникам – кость.

**Основная часть.**

Эстафеты:

1. «Самый быстрый» (челночный бег).
2. «Ловкая обезьянка» (игроки в руках держат теннисную ракетку, на ракетке надувной шарик, по сигналу игроки бегут до ориентира, удерживая шарик на ракетке, обратно бегом шарик в руках).
3. «Скачущий тигруля». ( первые игроки сидят на мячах держась за «рожки», по сигналу прыгают на мячах до ориентира, обратно бегом).
4. «Заполни закрома» (по сигналу первые игроки каждой команды бегут к обручу с мячами, берут в руки три мяча и, удерживая их, возвращаются обратно, отпускают мячи в обручи, а сами становятся позади своей команды. Следующий игрок берёт мячи и относит в обручи на противоположной стороне. При потери мячей подобрать их и продолжить выполнение задания. Побеждает та команда, игроки которой быстрее выполнят это задание).
5. «Донеси кокос» (у первых игроков между ног резиновый мячик, по сигналу игроки прыгают до ориентира, в обратном направлении бегом мячик несут в руках).
6. «Ловкий охотник» (первый игрок держит обруч в руках, мяч лежит на полу, по сигналу игроки бегут до ориентира и обратно, ведя мяч обручем).

Подведение итогов эстафет.

**Заключительная часть.**

1. Игра «Зайцы и волки»
2. Игра «Нравится, не нравится» (игра на рефлексию: в разных местах зала расположить три вида мордашек:  ,  , . дети должны разойтись к любой определив как прошёл урок и обосновать своё решение)
3. Построение, подведение итогов, д/з (повторение комплекса упражнений на осанку, детям раздать рисунки спортсменов для раскрашивания, определения вида спорта).
4. Организованный уход.