

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Основная образовательная школа № 5 имени А .И. Деревянчука»  
муниципального образования Кандалакшский район

## Конспект урока

### **«Использование подвижных игр для развития скорости, прыгучести и ловкости»**

**Возраст обучающихся: 9-11 лет**

Составитель: **Игнатенко Алла Владимировна,**  
учитель физической культуры

г. Кандалакша,  
2023г.

**Цель урока:** Развитие физических качеств учащихся на основе подвижных игр.

**Задачи урока:**

Образовательные задачи (предметные результаты):

- изучение новых подвижных игр / закрепление/совершенствование знаний ранее изученных подвижных игр

Развивающие задачи (метапредметные результаты):

- развивать навык взаимодействия учащихся, быстроту, ловкость, внимание, координацию движений (познавательное УУД).

Воспитательные задачи (личностные результаты):

- воспитывать организованности, умения работать в команде (личностное УУД)

- развитие положительной мотивации

**Тип урока:** урок повторения.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Необходимое оборудование:** мячи, конусы, обручи, копилка для фокусов

**Формы работы:** игровые технологии, работа в группах, рефлексия.

### Ход урока

- Здравствуйте, ребята! Хотите, я вам фокус покажу? (ПОКАЗЫВАЕТ ФОКУС С КОПИЛКОЙ, ДЕМОНИСТРИРУЕТ ДЕТЯМ, ЧТО МОНЕТКА ПРОПАЛА).

- Ребята, скажите мне, а где можно увидеть фокусы? (ответы детей).

- Верно! И только сегодня, и только сейчас впервые в Кандалакше начнётся кастинг на роль цирковых артистов! Но сначала, вы, девчонки, и вы, мальчишки, должны рассказать мне, какими должны быть артисты цирка? какими качествами обладать? (ответы детей).

- Да, цирковые артисты должны быть гибкими, выносливыми, сильными и артистичными. А проверить, есть ли эти качества у вас, нам помогут игры!

Сюда, сюда скорее –

Здесь будет цирк у нас.

Начнется представление

Веселое сейчас.

- Побежали / пойдёмте, посмотрим, кто к нам приехал! (бег по кругу – 1 минута).

потом построение в шеренгу

Шаг вперед, хлопок, хлопок,  
 Повернулись и прыжок.  
 Потоптались мы как пони,  
 Поскакали будто кони.  
 Наша правая рука  
 Словно хобот у слона,  
 Наша левая рука  
 Невесома и легка,  
 Головой мы повертели  
 На арене тихо сели. (сесть надо по-турецки)

**Звучит музыка факира (учитель изображает, что он играет на дудочке)**

| Деятельность детей и учителя                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Игра                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- Ребята, к нам на кастинг пришёл факир! Он привёл с собой дрессированных змеек, которые «оживают» под волшебную музыку. Сначала оживает корпус и плечи (учитель показывает плавные движения корпуса и плеч вперед-назад), потом кисти рук, затем руки плавно поднимаются, а потом ребята поднимаются</p> <p style="text-align: center;"><b>1-2 минуты</b></p> | <p><b>ИГРА Факиры</b><br/>                     Цель: тренировать отдельные группы мышц, развивать умение передавать характерные признаки образа.<br/>                     Ход игры: <i>дети сидят, ноги скрестно, руки на коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены. Голова опущена, подбородок касается груди. Глаза закрыты.</i><br/>                     Под соответствующую музыку у детей «оживают» сначала кисти, затем поднимаются руки и голова, корпус вытягивается вперед-вверх.</p> |
| <p>- А сейчас змейки продемонстрируют свой коллективный номер!</p> <p><b>ПО ОКОНЧАНИЮ ИГРЫ</b><br/>                     - Молодцы, змейки!</p> <p style="text-align: center;"><b>5 минут</b></p>                                                                                                                                                                  | <p><b>Подвижная игра: Змейка</b><br/>                     Участники берут друг друга за руки, образуя цепь. Одного из крайних в цепи играющих выбирают ведущим. Он бежит, увлекая за собой всех участников игры, на бегу описывает разнообразные фигуры: по кругу, вокруг деревьев, делая резкие повороты, перепрыгивая через препятствия; водит цепь змейкой, закручивая ее вокруг крайнего игрока, затем ее развивает. Змейка останавливается, закручивается вокруг ведущего.</p> <p>Правила игры</p>   |

|                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                  | <p>1. Играющие должны крепко держать друг друга за руки, чтобы змейка не разорвалась.</p> <p>2. Точно повторять движения ведущего.</p> <p>3. Ведущему не разрешается бегать быстро.</p> <p>Указания к проведению</p> <p>Играть в «Змейку» можно в любое время года на просторной площадке, лужайке, лесной опушке. Чем больше игроков, тем веселее проходит игра. Чтобы она проходила живо, надо придумывать интересные ситуации. Например, ведущий называет по имени последнего играющего, названный участник и стоящий рядом с ним останавливаются, поднимают руки, и ведущий проводит змейку в ворота.</p> <p>Или: по сигналу ведущего участники разбегаются, затем восстанавливают змейку.</p> |
| <p>- А сейчас я на арену приглашаю силачей!</p> <p>Пусть они покажут, кто из них сильнее!</p> <p><b>ПО ОКОНЧАНИИ ИГРЫ:</b></p> <p>- Аплодисменты нашим силачам!</p> <p><b>2 – 3 минуты</b></p>                                   | <p><b>Игра «Весёлые силачи»</b></p> <p>Двое примерно равных по комплекции детей усаживаются спина к спине, крепко упираются друг в друга и пытаются встать в этом положении на ноги (со сцепленными руками или без).</p> <p>После этого надо снова сесть, так же крепко упираясь друг в друга.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>- Он под куполом летает<br/>У ребят над головой.<br/>По канату прошагает.<br/>Может выгнуться дугой.<br/>Будет прыгать, кувыркаться,<br/>Ловко сядет на шпагат.<br/>Здесь не трудно догадаться<br/>Он умелый...(АКРОБАТ).</p> | <p><b>Акробатическая эстафета.</b> Цель: совершенствование кувырков, развитие вестибулярной устойчивости, развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>Учащиеся делятся на 2-4 команды и выстраиваются в колоннах перед линией старта. За линией, напротив каждой команды лежат по два мата и</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>5 минут</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p>гимнастическая скамейка. Игроки, возглавляющие колонны принимают положение умора-присев. По сигналу они выполняют кувырок, бегом устремляются к гимнастическим скамейкам, передвигаются по ней, подтягиваясь лежа на животе, перехварывая руки поочередно (либо одновременно), зачем бегом возвращаются и передают эстафету следующему.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>- Объявляется АНТРАКТ!</p> <p style="text-align: center;"><b>5-6 минут</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p><b>Игры С МЯЧОМ (перестрелка или другая)</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Вышел клоун на арену,<br/>Поклонился всем со сцены,<br/>Вправо, влево и вперед...<br/>Поклонился всем как мог.</p> <p>- Какой же цирк без клоунов?<br/>Ребята, давайте поделимся на 4 команды!</p> <p><b>ПО ОКОНЧАНИИ ИГРЫ:</b></p> <p>- Какие замечательные, весёлые клоуны пришли на кастинг! Давайте похлопаем друг другу!</p> <p style="text-align: center;"><b>5 минут</b></p> | <p><b>Игра «Клоун»</b><br/>Количество игроков: любое<br/>Дополнительно: коробки спичек<br/>Для проведения этой игры необходимо разделиться на 2-3 команды и приготовить 2-3 коробки спичек. Точнее нужен не весь коробок, а только верхняя его часть. Внутреннюю, выдвигающуюся часть вместе со спичками можно отложить в сторону.<br/>Для того чтобы начать игру, все команды выстраиваются в колонну, первый человек надевает коробок себе на нос. Суть игры заключается в том, чтобы как можно быстрее передать этот коробок с носа на нос всем членам своей команды, руки при этом должны быть за спиной. Если у кого-то коробок упал, команда начинает процедуру заново.<br/>Соответственно выигравшей считается та команда, которая закончит передачу коробка быстрее (ИГРАЕМ В 2 СТОРОНЫ!!!)</p> |
| <p>- Внимание! Внимание! Просьба к зрителям не делать резких движений и не вставать с мест. На арене начинаются конные выступления!</p>                                                                                                                                                                                                                                                | <p><b>Игра «Конники-спортсмены»</b><br/>Педагогическое значение: игра развивает зрительную память, внимание, находчивость, ориентацию в пространстве, решительность.<br/>Подготовка к игре: в центре зала</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p style="text-align: center;"><b>5 минут</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>чертится большой круг – «манеж», на одной стороне зала отмечаются стойла для «лошадей», их должно быть на 3-5 меньше количества играющих. Все играющие – «конники-спортсмены» становятся вокруг манежа.</p> <p>Содержание и ход игры: по сигналу руководителя конники движутся вокруг манежа шагом или галопом, высоко поднимая колени. По следующему сигналу все скачут к другой стороне зала, где нет стойл. По второму сигналу все бегут и стараются занять место в стойле.</p> <p>Правила игры:<br/>Начинать движение по кругу и к стойлу можно только по сигналу. Конники, которые остались без стойла, выбывают из игры.</p> |
| <p>- А сейчас я приглашаю всех участников кастинга на Парад Алле!</p> <p style="text-align: center;"><b>1 минута</b></p>                                                                                                                                                                                                             | <p><b>Дети выстраиваются в колонну и шагают по кругу</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>- Ребята, перед тем как мы подведём итоги кастинга, я хочу попросить вас выполнить еще пару заданий.</p> <p>Если вам понравились игры, подойдите к зелёному обручу</p> <p>- А какую оценку вы бы себе поставили за работу на уроке? Ответит на этот вопрос я прошу вас дать не словами. Изобразите оценку с помощью движений.</p> | <p><b>Ребята выполняют задания</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>- В конце каждого выступления артист получает в награду не только громкие аплодисменты, но и цветы! Вы сегодня все очень старались, поэтому я тоже хочу отблагодарить вас сладкими цветами. Спасибо вам за урок!</p>                                                                                                              | <p><b>Вручение цветов артистам</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

### **Список используемой литературы:**

1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.
2. Бишаева, А.А. Физическая культура: Учебник / А.А. Бишаева. - М.: Академия, 2018. - 224 с.
3. Решетников, Н.В. Физическая культура: Учебник / Н.В. Решетников. - М.: Академия, 2018. - 288 с.
4. Сборник подвижных игр на уроках физической культуры 1-4 класс [сайт]. – URL: <https://infourok.ru/sbornik-podvizhnyh-igr-na-urokah-fizicheskoy-kultury-1-4-klass-4281900.html> (дата обращения 12.09.2023)