Тема урока: Подвижные игры. Развитие двигательных качеств, ловкости, быстроты и координации движений.  
  
 Цель урока: Развитие физических качеств учащихся на основе подвижных и народных игр.  
  
Задачи урока:  
  
Образовательные задачи (предметные результаты):  
  
\* закрепить умение играть в раннее изученные игры.  
  
Развивающие задачи (метапредметные результаты):  
  
\* развивать навык взаимодействия учащихся, быстроту, ловкость, внимание, координацию движений (познавательное УУД).  
  
Воспитательные задачи (личностные результаты):  
  
\* чувство коллективизма и осознанное отношение к здоровому образу жизни (личностное УУД)  
  
Тип урока: урок повторения.  
  
Место проведения: ресурсная комната.  
  
Инвентарь: мячи, конусы, обручи  
  
Учитель физической культуры – Сулейманов А.Э  
  
   
  
ХОД Урока  
  
1. Подготовительная часть (10 минут)  
  
1. Построение, приветствие, сообщение темы и задачи.  
  
2. Ходьба с заданиями:  
  
 \*ходьба на внешней стороне стопы;  
  
\*ходьба, перекатываясь с пятки на носок;  
  
\*ходьба на носках  
  
\*ходьба на равновесие, руки в стороны;  
  
Ребята, а для чего мы с вами выполняли эти упражнения? (профилактика плоскостопия)  
  
3. Бег с заданиями:  
  
\*правым боком приставным шагом; \*левым боком приставным шагом;  
  
\*с высоким подниманием бедра;  
  
\*захлёст голени;  
  
\* ускорение по диагонали и т.д.  
  
4. ОРУ без предметов:  
  
 - И.п. – ноги на ширине, руки на поясе. 1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, подняться на носки; 3 – руки в стороны; 4 – и.п. (7-8 раз).  
  
 - И.п. – ноги на ширине плеч, руки за головой. 1 – поворот туловища вправо, руки в стороны; 2 – и.п. То же влево (8раз).  
  
 - И.п. – ноги на ширине плеч, руки внизу. 1 – руки в стороны; 2 - наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук, носков ног; 3 – выпрямиться, руки в стороны; 4 – и.п. (6-8раз).  
  
 - И.п. – о.с., руки внизу. 1 – правую ногу в сторону, руки в стороны; 2 – правую руку вниз, левую руку вверх; 3 – руки в стороны; 4 – приставить правую ногу, вернуться в и.п. То же влево (8раз).  
  
 - И.п. – о.с., руки на поясе. 1 – правую ногу вперёд на носок; 2 – в сторону (вправо); 3 – назад; 4 – и.п. То же влево, левой ногой (6-8раз).  
  
 - И.п. – о.с., руки на поясе. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – вернуться в и.п. (5-6раз)  
  
2. Основная часть (25 минут)  
  
Эстафеты с предметами:  
«Челночный бег»  
«Не урони мяч»  
«Фигурное ведение мяча»  
«Ловкий прыгун»  
«Пингвин»  
«Ведение мяча в обруче»  
«Быстрый и ловкий”  
« Сквозь обруч»  
2. Подвижные игры «Паровозик», «Наступление».  
  
 3. Народная игра « Совушка”  
  
3. Заключительная часть (5 минут)  
  
Построение в одну шеренгу.  
Игра «Кто лучше услышит»  
Подведение итогов урока.  
Домашнее задание.