**Конспект урока по физкультуре для учащихся 5Г класса**

На данном уроке были представлены следующие этапы проекта:

1. Выявление социально-значимой проблемы, основанной на интересах самих учащихся (недостаточно хорошо развито физическое качество гибкость).
2. Формирование состава проектных групп (2 группы).
3. Распределение обязанностей в группах (консультант, который направляет работу группы и распределяет обязанности между участниками).
4. Выполнение практической части проекта (составление комплекса акробатических упражнений).
5. Презентация проекта (демонстрация комплекса акробатических упражнений).
6. Оценка работы проектных групп.

**Раздел программы:** Гимнастика.

**Тема:** Совершенствование ранее изученных элементов техники акробатических упражнений, связочная с элементами ритмической гимнастики.»

**Тип урока:** Проектирование.

**Проблема.**

1. Недостаточная пластичность мышечных свойств организма учащихся.
2. Отсутствие комплекса акробатических упражнений.

**Результат:** Научить самостоятельно составлять комплекс акробатических упражнений для развития гибкости и применять его.

**Цель:** Составить комплекс акробатических упражнений для развития гибкости учащихся.

**Задачи.**

1. Совершенствование техники обязательных акробатических и связующих упражнений.
2. Развитие навыков проектной деятельности.
3. Соединение танцевальных шагов и акробатической связочки.
4. Развитие самостоятельности.
5. Воспитание толерантности.

**Метод:** Фронтальный, поточный, групповой.

**Учебный метод:**

- самостоятельная работа,

- групповая совместная деятельность.

**Место проведения урока:** спортивный зал.

**Инвентарь:** гимнастические маты, магнитофон.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Части урока** | **Содержание урока** | | **Дозировка** | **О. М. У.** |
| **Вводно-подгот.** | Построение.  Упражнение на внимание:  на 1- р.р. к плечам,  2 - р.р. вверх,  3- полуприсед | | **1-2 мин.** | Следить за осанкой.  Менять порядок счета.  Голову держать прямо, плечи не опускать. |
| Ходьба с заданием: (ОРУ)  - руки за голову ходьба на носках,  - руки в стороны ходьба на пятках,  - руки на пояс ходьба на внешней (внутренней) стороне стопы,  - руки вперед, ладонь вниз, движения внутрь - в стороны  - руки вперед, ладонь внутрь, движения прямыми руками вверх-вниз; | | **2-3 мин.** | Следить за осанкой и положением рук.  Рывок руками с малой амплитудой, руки прямые  Махи с малой амплитудой, быстро, руки прямые. |
| Бег с заданием:  - приставными шагами правым боком руки на поясе;  - приставными шагами левым боком с вращением руки назад;  - с высоким подниманием бедра;  - с захлестыванием голени назад.  Упражнения на восстановление дыхания. | | **3-4 мин.** | В равномерном темпе |
| ОРУ с элементами ритмической гимнастики | | **5-7 мин.** | Упражнения с большей амплитудой. |
|  | Подвижная игра “Кто первый?”  http://festival.1september.ru/articles/605879/img6.jpg | | **1-2 мин.** | В паре (правым плечом к плечу правого плеча партнера, ноги на ширине плеч) перед учащимися лежит палочка, по сигналу, не сгибая колен, необходимо наклониться и схватить палочку первым. Кто не успел, тот выходит из игры. И так со следующим партнером. |
|  | Беседа с учащимися: | | **2-3 мин.** |  |
|  | Учитель | Ученики |  |
| **Основная** | - С помощью какого качества вам удалось быть лучшими в этой игре? | - С помощью гибкости |  |
| - А у вас это качество хорошо развито? | - Нет |
| - Как вам кажется почему? | - Мы мало знаем комплексов упражнений для гибкости. |
| - На сегодняшнем уроке мы попробуем решить эту проблему с помощью мини-проекта. |  |
| - Вы должны представить мини-проект в виде комплекса упражнений из обязательных акробатических упражнений, соединяя акробатическими соединениями, используя полученные карточки. |  |
| - Разделитесь на 2 группы (мал. и дев.)  Каждая группа выбирает:  а) консультанта,  б) отвечающего за технику безопасности,  в) фото-видео репортера. |  |
| Работа в группах.  Карточка 1 - Обязательные акробатические упражнения для девочек  Карточка 2 - Акробатические соединения для девочек  Карточка 3 - Обязательные акробатические упражнения для мальчиков  Карточка 4 - Акробатические соединения для мальчиков  Карточка 5 – Акробатические упражнения как для мальчиков, так и для девочек | | **9-11 мин.** | Выдаются карточки с обязательными упражнениями и акробатическими соединениями.  Работа в группах под музыку.  Напомнить о страховке. |
| Презентация проекта.  1 группа - выполняет комплекс, составленный самостоятельно  2 группа - оценивает выступление (как понравились выполнение обязательных и связующих элементов, над чем еще необходимо работать)  (Затем 2 группа показывает комплекс, а 1 группа оценивает) | | **7-8 мин.** | Демонстрация комплекса, выполняет каждый из команды (группы). Возможны выступления синхронные в парах, всё зависти от фантазии учащихся.  Во время выступления возможны комментарии консультантов группы, которая демонстрирует комплекс; фотографирования выступлений. |
| **Закл.** | Рефлексия. | | **3-5 мин.** | В произвольной форме |
| Учитель | Ученики | Учащиеся по кругу высказываются одним предложением, выбирая начало фразы из рефлексивного экрана на доске (или письменно):сегодня я узнал… было интересно… было трудно… я выполнял задания… я понял, что…  теперь я могу…я почувствовал, что…я приобрел… я научился… у меня получилось … я смог… я попробую… меня удивило… мне захотелось… |
| - Как вы считаете, что полезного вы получили для себя? | - Мы можем самостоятельно составить комплексы упражнений. Мы поняли, что из простых упражнений можно развивать очень важное физическое качество. Мы увидели способности своих одноклассников и по достоинству их оценили. |
| - Вам пригодятся эти упражнения? | - Конечно, пригодятся, ведь мы можем составить комплекс упражнений и дома или воспользоваться уже известными. |
| - Вы считаете, у вас все получилось, что задумали? | - Получилось. |
| Спасибо.  Выход их зала. |  |