



муниципальное бюджетное образовательное  
учреждение дополнительного образования  
**«Центр творчества «Свежий ветер»**  
городского округа Тольятти  
445042, РФ, Самарская область, г. Тольятти,  
б-р Луначарского 19, тел. 33-31-53, 34-89-77  
email: [veter@edu.tgl.ru](mailto:veter@edu.tgl.ru); сайт: [jveter.ru](http://jveter.ru)

### **Конспект занятия**

**на тему: «Использование подвижных и народных игр  
для развития скорости, прыгучести и ловкости  
на занятиях физической культуры»**

Разработчик (автор):  
Суконников Владислав Николаевич –  
педагог дополнительного образования

Тольятти, 2018

## **«Использование подвижных и народных игр для развития скорости, прыгучести и ловкости на занятиях физической культуры»**

Цель: Развитие физических качеств учащихся на основе подвижных и народных игр.

ПРОГРАММНОЕ СОДЕРЖАНИЕ:

А) Образовательные задачи (предметные результаты):

\* закрепить умение играть в ранее изученные игры.

Б) Воспитательные задачи (личностные результаты):

\* воспитывать любовь к русской культуре, чувство коллективизма и осознанное отношение к здоровому образу жизни (личностное УУД)

В) Развивающие задачи (метапредметные результаты):

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

Возрастная группа: учащиеся 10-11 лет (4 класс)

## ПОДГОТОВКА К ЗАНЯТИЮ

1. Подготовка преподавателя: подготовка конспект-занятия согласно требованиям ФГОС, подбор игровых упражнений, оборудования к теме занятия.
2. Предварительная работа с детьми: настрой на занятие, подготовка всего необходимого к занятию (форма одежды в том числе).
3. Оборудование и материалы: мячи, конусы, обручи, содержание эстафет и игровых упражнений (приложение 1).

### Формы и методы организации совместной деятельности

Детская деятельность по ФГОС	Формы и методы организации совместной деятельности
совместно-взаимодействующей	Все участники выполняют одно на всех общее задание, при этом не существует разделения обязанностей между всеми участниками (правила) - все участники идентичны по своей роли в игровом процессе. Оценивается лишь общий результат (командный).
совместно-последовательный	Выполнение задания переходит от одного участника к другому («метод конвейера»).
совместно-индивидуальный	Все участники занимаются идентичной деятельностью (выполнение заданий, упражнений) и, по сути, выполняют одну и ту же работу, однако, в отличие от совместно-взаимодействующего типа, оценивается вклад каждого человека.

## ЛОГИКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Части занятия	Деятельность преподавателя	Деятельность детей	Ожидаемые результаты
1	2	3	4	5
1	<p style="text-align: center;"><b>Вводная часть (15 минут)</b></p> <p>1. Построение, приветствие, сообщение темы и задачи.</p> <p>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)</p> <p>3. Бег с заданиями:                      *правым боком приставным шагом;                      *левым боком приставным шагом;                      *с высоким подниманием бедра;</p>	<p>Организация учащихся на занятие.</p> <p>Следить за осанкой, за правильным выполнением упражнений.</p> <p>Закрепление знаний по двигательным действиям</p>	<p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Соблюдать интервал.</p> <p>Активное участие в диалоге с учителем.</p>	<p>Постановка учебной цели занятия</p> <p>Умение правильно выполнять двигательное действие</p> <p>Умение распознавать и называть двигательное действие</p> <p>Понимание необходимости выполнения упражнений для предупреждения плоскостопия</p>

<p>*захлест голени;</p> <p>* ускорение по диагонали и т.д.</p> <p>4. ОРУ без предметов:</p> <p>- 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).</p> <p>- И.п. – ноги на ширине плеч, руки за головой. 1 – поворот туловища вправо, руки в стороны; 2 – и.п. То же влево (8раз).</p> <p>- 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).</p> <p>- 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,</p>	<p>Научить самостоятельно выполнять упражнения</p>	<p>Соблюдать интервал.</p> <p>Придумывают упражнения для разминки на все группы мышц</p> <p>Повторяют за педагогом и запоминают</p>	<p>Умение организовать собственную деятельность</p> <p>Умение распознавать и называть двигательное действие</p> <p>Умение взаимодействовать со сверстниками.</p> <p>Запомнить упражнения.</p> <p>Умение видеть и чувствовать красоту движения</p>
--	--	---	---

	<p>вернуться в и.п. То же влево (8раз).</p> <p>- 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).</p> <p>- И.п. – о.с., руки на поясе. 1 – прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 – вернуться в и.п. (5-6раз).</p> <p>5. Перестроение для эстафет в три колонны</p>			
<p><b>2</b></p>	<p><b>Основная часть (25 минут)</b></p> <p><i>1. Эстафеты с предметами:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Челночный бег»</li> <li>• «Не урони мяч»</li> <li>• «Фигурное ведение мяча»</li> <li>• «Ловкий прыгун»</li> <li>• «Пингвин»</li> <li>• «Ведение мяча в обруче»</li> <li>• «Быстрый и ловкий»</li> </ul>	<p>Закреплять знаний по двигательным действиям</p>	<p>См. приложение № 1</p>	<p>Умение самоопределиться с заданием и принять решение по его выполнению.</p> <p>Умение работать в команде</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Сквозь обруч»</li> </ul> <p><b>2. Народная игра « Совушка»</b></p>	<p>Соотносить задания преподавателя с двигательными действиями детей. Развитие умения давать оценку двигательным действиям.</p>	<p>См. приложение № 2</p> <p>Водящий оценивает выполнение заданного положения, дети активно играют, соблюдая правила.</p>	<p>Умение технически правильно выполнять двигательное действие.</p> <p>Умение активно включаться в коллективную деятельность</p>
<b>3</b>	<p><b>Заключительная часть (5 минут)</b></p> <p>1. Построение в одну шеренгу.</p> <p>2. <i>Игра «Кто лучше услышит»</i></p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p>	<p>Умение организовывать коллективную совместную деятельность</p> <p>Отметить</p>	<p>См. приложение № 4</p>	<p>Умение выполнять упражнения по команде.</p>

	4. Домашнее задание.	отличившихся ребят. Умение работать в команде Составить комплекс ОРУ для осанки (5-6 упражнений)	Умение применять полученные знания в организации режима дня
--	----------------------	--	---



## Приложение 1

### Эстафеты:

1. «Челночный бег» (от старта на равном расстоянии чертятся 3 полосы. По сигналу первые участники бегут до 1-ой полосы, возвращаются до старта. Затем бегут до 2-ой полосы, возвращаются до старта. Затем бегут до 3-ей полосы, возвращаются до старта, передают эстафету следующему участнику, и т.д. пока не выполнит последний участник команды).
2. «Не урони мяч» (у первого игрока в руках теннисная ракетка, на ней лежит теннисный мяч, по сигналу донести мяч на ракетке до ориентира и вернуться обратно, стараясь не уронить мяч).
3. «Фигурное ведение мяча» (на одинаковом расстоянии друг от друга поставить стойки, по сигналу обвести палкой мяч вокруг стоек, в обратном направлении бег по прямой и передача мяча с клюшкой следующему игроку).
4. «Ловкий прыгун» (первый игрок прыгает, второй становится на место его приземления, прыгает и т.д.).
5. «Пингвин» (у первых игроков между ног волейбольный мяч, по сигналу игроки прыгают до ориентира, в обратном направлении бегут бегом, мяч несут в руках).
6. «Ведение мяча в обруче» (первый игрок держит обруч в руках, мяч лежит на полу, по сигналу игроки бегут до ориентира и обратно, ведя мяч обручем).
7. «Сквозь обруч» (игроки встают в затылок друг другу. Перед каждой командой лежит обруч. По сигналу первые игроки бегут к обручу, пролезают через него и бегут обратно. Следующий игрок выполняет то же самое и т. д.)

## Приложение 2

### Народная игра «Совушка»:

Игроки на площадке располагаются произвольно. «Совушка» - в гнезде.

По сигналу ведущего: «День наступает, всё оживает!» - дети начинают бегать, прыгать, подражая полёту бабочек, птичек, жучков и т. д.

По второму сигналу: «Ночь наступает, всё замирает – сова вылетает!» - играющие останавливаются, замирают в позе, в которой их застал сигнал.

«Совушка» выходит на охоту. Заметив движение игрока, уводит его в свое гнездо. Затем «Совушка» опять

возвращается в своё гнездо, и дети вновь начинают свободно резвиться на площадке.

### Приложение 3

#### **Игра «Кто лучше услышит»:**

Дети становятся в одну шеренгу, закрывают глаза и слушают только голос водящего. Водящим подаются команды различного происхождения: руки вверх, вниз, вперед, шаг влево, шаг левой, налево и т.д. В конце игры ребята открывают глаза и смотрят кто - где оказался. Выявляются самые внимательные ученики.